

# 給食だより

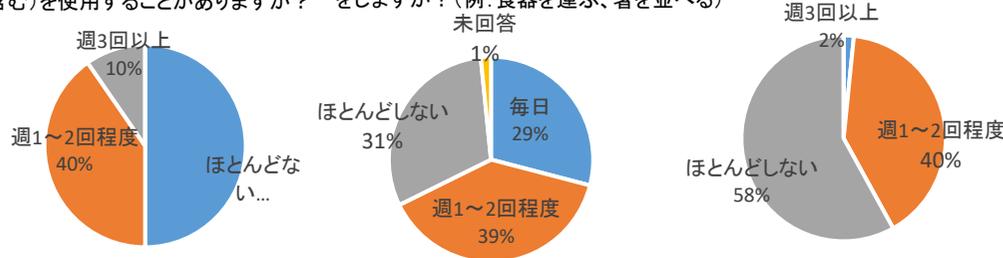


2021/12/01  
しおかぜ認定こども園

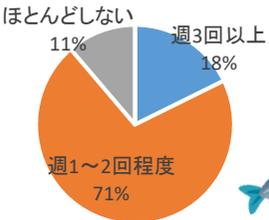
## 食育アンケート集計結果 対象：ほし・つき・すみれ 回答率：78%

◎10月に実施した、食育アンケートの集計結果をまとめました。

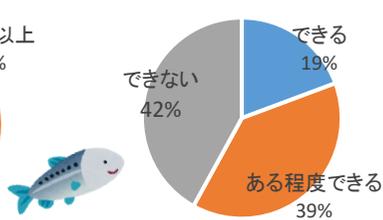
- 1.惣菜(レトルト食品・インスタント食品も、子どもが進んで食事の準備の手伝いを含む)を使用することがありますか？ をしますか？(例:食器を運ぶ、箸を並べる)



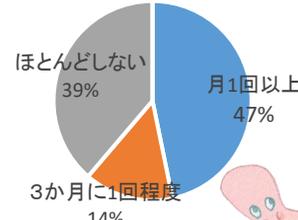
- 4.ご家庭で魚料理はどれくらいの頻度で作りますか？



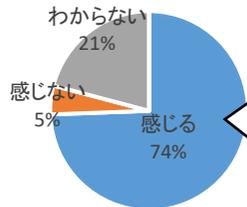
- 5.魚をさばくことができますか？



- 6.岡山の郷土料理又は、岡山県産の食材を使った料理を家庭で作ることがありますか？



- 7.こども園でクッキングをすることでお子さんの変化を感じられますか？(つき・すみれ組のみ)



- ・料理に興味を持つようになった。
- ・家でも作ってみたい。
- ・進んで手伝いをするようになった。
- ・手伝ってくれることが増えた。
- ・自分で切った食材を食べるようになった。
- ・自分で作りたいという意欲が出てきた。
- ・野菜を切りたい、炒め物を混ぜたい！
- ・作った料理を好きになったりしている。
- ・食べることに興味を持てるようになった。
- ・もらったレシピを見ながら作ろうとする。
- ・クッキングで作ったものを、家でも作りたがるがなかなか...



ありがとう  
ございました



4月の実施結果と比較すると、惣菜を使う頻度が減っていたり、お子さんの変化を感じている方の割合が増えていたりするようです。子どもたちの変化については、上記の通り、積極的に『食』に関わろうとする様子がかがえ、嬉しく思います。作りたがるけどなかなか...という人はきっとたくさんおられるのではないのでしょうか？全部を一緒に作れなくても、少しずつチャレンジしてみるのはいかがでしょうか？

## 今月の郷土料理:秋田県

- 《山菜おこわ》米の名産地である秋田県では、山で採れる山菜と一緒に味付けして炊きあげる、山菜おこわがよく食べられます。比内地鶏のスープで炊き込んだりすることもあるそうです。
- 《いものこ汁》秋田県南部では毎年秋の実りの時期になると、仲間が集まりいものこ汁を作って食べる『いものこ会』『いものこ遠足』なる風習がある。「いものこ」とは里芋のことで、里芋を主役に、地鶏・しいたけ・山菜・野菜などの、具沢山の汁物。
- 《芋あげ》さつまいもを輪切りにし、生地を付けて、油で揚げたお菓子です。生地は甘めで、中はホクホクの優しい味。道の駅やスーパーでも売られているようです。

## 今月の給食:若鶏とさつまいもの甘辛

<材料>

- 鶏もも肉...50g
- 塩...0.1g
- こしょう...0.02g
- 片栗粉...4g
- さつまいも...40g
- 油...適量(揚げ油)
- しょう油...1.5g
- 砂糖...0.4g
- カレー粉...0.04g
- みりん...0.8g
- 水...2.5g

<作り方>

- ①鶏もも肉は一口大に切って、塩、こしょうをもみこんで片栗粉をまぶす。
- ②さつまいもは乱切りにする。
- ③油をあたためて、①②を揚げる。
- ④○を小鍋に入れて一煮立ちさせる。
- ⑤③に④をからめる。



## 感染性胃腸炎に気をつけて！！

冬になると感染数が増えてきます。特に、ノロウイルスによるものは、12月の中旬頃に多く発生する傾向があり、感染力が強い

ため、次々と感染していきます。感染予防の基本は、『手洗い・うがい・消毒』ですが、ノロウイルスにアルコール消毒は有効ではありません。汚染されたところの消毒には、次亜塩素酸ナトリウムを使用しましょう。

また、嘔吐・下痢などの症状がある際の、無理な登園は控え、感染拡大を防ぎましょう。

11月、子ども達に人気だったおやつは、アップルドーナツです。卵を使用せず作りました！！

<材料>

- 薄力粉50g、ベーキングパウダー3g、砂糖15g、牛乳30g、りんご40g、揚げ油 ※ホットケーキミックスでもおいしくできます！



(株)LEOC  
スタッフ

