

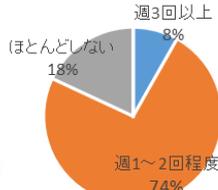
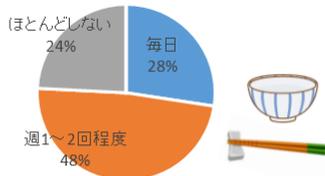
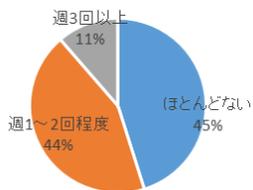
給食だより 7月

2022/07/01
しおかぜ認定こども園

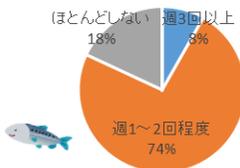
食育アンケート集計結果

◎ほし・つき・すみれ組を対象に行った食育アンケートの結果をまとめました。

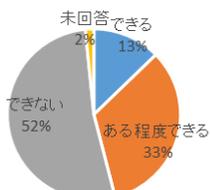
1.惣菜(レトルト食品・インスタント食品)も2.子どもが進んで食事の準備の手伝いを 3.親子で料理をすることがありますか？
含む)を使用することがありますか？ しますか？(例:食器を運ぶ、箸を並べる)



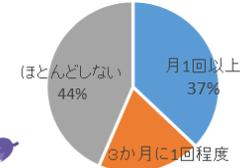
4.ご家庭で魚料理はどれくらいの頻度で作りますか？



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)



- ・料理に興味を持つようになった。
- ・調理方法を聞くようになった。
- ・興味がなかったお菓子作りを時々手伝うようになった。
- ・ますます料理好きになって、楽しんでいる。
- ・クッキングの内容を家でも実践している。
- ・簡単なお手伝いをしてくれる。
- ・残さず食べるようになった。
- ・積極的に手伝いをするようになった。
- ・料理をしている様子をよく見ている。
- ・「やってみたい！」と言うことが増えた。
- ・自分で切るとよく食べる。

ご協力ありがとうございました



親子で料理をしている家庭がたくさんありました。積極的にお手伝いができたり、興味を持つようになったりと「食」に関わろうとしている様子がわかります。食育は、料理をすることだけではなく、一緒にお買い物に行き食材を選んだり、みんなで一緒に食卓を囲んで食事を楽しんだりすることも食育です。「一緒に料理なんてムリ！」と思っている方もおられることと思います。各家庭でできることから始めてみましょう。

テーブルマナー体験(すみれ組)



これでいいのかな…?

難しいな…



真剣にお話を聞いて、緊張したままナイフとフォークを持って食べました。ナプキンの使い方や、パンの食べ方、スープの飲み方も…。おうちでも挑戦してみてくださいね！

今月のおやつ: きなこラスク

《材料: 子ども1人分》 《作り方》

- | | |
|------------|-------------------------|
| バゲットパン…25g | ①★を混ぜ合わせる。 |
| きなこ…2g | ②バゲットパンを薄く切る。 |
| ★砂糖…2g | ③②に①を塗る。 |
| マーガリン…3g | ④160℃にあたためたオーブンで7分程度焼く。 |
- ※低温でじっくり焼くとサクッと仕上がります！



㈱LEOC
スタッフ

気温が上がりと、とても暑くなってきました。食欲が低下しがちなこの時期に、カレー風味の下味をつけて焼くだけで食欲をそそるお魚のレシピを紹介します！

《魚のカレーしょうゆ焼き: 4人分》

- ・魚切り身4切(さわら、たら、鮭etc好みのもの)
- ・しょうゆ6g ・酒6g ・砂糖3g ・カレー粉1g
- 調味料を混ぜ合わせたら魚に軽くもみこんでオーブンやフライパンで焼いてください。