9月の食育のふりかえり

幼保連携型 認定こども園 しゃろーむ
２０２６年９月３０日（水）

厳しかった夏の日差しも秋風とともに和らいできました。これからは、『秋』本番です。芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋といろいろな秋を満喫しましょう。

～つくし～ 手を合わせて「いただきます♥」「ごちそうさま♥」

食事の前後に「いただきます」「ごちそうさま」と声をかけると、手を合わせる姿が見られるようになりました✨ご家庭での習慣が、園での姿にもつながっていることを嬉しく感じます♪とても素敵ですね👍♥





"感謝"をこめて…



給食の先生 ありがとう♪



「いただきます」「ごちそうさま」は、食材や命、食事を作ってくれた人への感謝を表す大切な習慣です。まだ言葉で伝えることが難しい0歳児ですが、毎日の食事の中で家族や保育者と一緒に手を合わせる経験を重ね、少しずつその意味や気持ちに触れていけたらと思います😊

～たんぽぽ～ 野菜の収穫楽しいな😆見て見て上手でしょ🥰





おねがいします♫



皆で育てたピーマンをたくさん収穫しました😊目で見て、触って、味わって🥦色んな感触を喜んでいます✨

自分たちで育てた野菜を給食の先生に渡し、食材にしてもらい、おいしく味わっています😊💕
手づかみ食べだった、たんぽぽさんですが、最近はフォークやスプーンを使って上手に食べようとするようになってきました👍
お家でもやってみようとする子どもの姿を見守ってあげてくださいね✨😊





じょうずでしょ😆

～ちゅうりっぷ～ たくさん遊んで♪たくさん食べよう🥄



たくさん遊んで、お腹がすいた♪

手を綺麗に洗おう！



毎日、室内外で思い切り身体を動かして遊んでいます♪
存分に遊ぶことで、子ども達から、**「お腹すいた！」「今日の給食何だろう？」**と、食事への期待や意欲が高まっている様子が伺えます✨

最近は「早く食べたい！」思いから、手洗いが疎かになったり、よく噛まずに飲み込んでしまったりする時があります💦
友達との食事を楽しみつつ、「手洗いの大切さ」や「ゆっくり食べる」ことを繰り返し知らせています😊





苦手な食材も一口食べたり、おかわりもしたりしています☆彡

これからもたくさん遊んで、様々な食の体験をして、たくさん食べることを通して、食への関心や喜びに繋がっていくといいなと思っています♪

～すみれ～ ～ひまわり～ ～さくら～ 秋といえば・・・かぼちゃ！かぼちゃの味覚を味わおう★

暑さも和らぎ、食欲が湧いてくる時期になりましたね！以上児は、しゃろーむファームで収穫したかぼちゃを使って『炊飯器で作るかぼちゃケーキ』『かぼちゃスープ』を作りました♫
かぼちゃをつぶしたり、切ったりなど、**かぼちゃの感触や匂い**を感じながらクッキングを楽しみました😊『かぼちゃ甘い💕』の声が多く聞かれ、かぼちゃの美味しさを味わうことができました✨

かぼちゃケーキ









たまご、上手に割れるかな？？



たくさんつぶすぞ～

おいしくなあれ！



あまいにおいがする！



やった！できた～✨

～材料～
・ホットケーキミックス 200g ・牛乳 200cc
・たまご 1こ ・さとう 20g ・かぼちゃ 200g
・バター 50g・5g(炊飯器用)

～作り方～
① バターを常温におき、クリーム状にまぜる。その中に砂糖を入れ、なめらかになるまでまぜる。
② といたたまごを少しずつ入れてまぜる。
③ ホットケーキミックスを入れてまぜる。
④ 牛乳、かぼちゃを入れてまぜる。
⑤ バターを炊飯器にぬる。
⑥ まぜたものを炊飯器に入れて炊飯！
⑦ 膨らんでいたら完成✨

かぼちゃスープ



このスープおいしい～！











たまねぎめにしみる～💦



かぼちゃのにおいがする！



いいにお～い♥



パンにつけてたべるとおいしいね♫

まいにちたべたいな♪

～材料～
・かぼちゃ半分 ・牛乳1000cc
・シチューのルー250g
・玉ねぎ2玉 ・お好みでコーン

～作り方～
① たまねぎが浸るくらいの水で煮る。
② 玉ねぎが煮えてきたら、柔らかく潰したかぼちゃを入れて煮る。
③ ルーと牛乳を入れて煮詰める。
④ とろみがでてきたら完成✨