



旬の食材と献立



●のらぼう菜

川崎市の伝統野菜で、多摩区や麻生区で多く生産されています。甘みのある軟らかい食感が特徴で、くせが少なく食べやすい野菜です。

◆みんな美味しい！郷土の味レシピコンテスト
おかず部門にてグランプリを受賞した「川崎春巻き」、同じくおやつ部門にてグランプリを受賞した「のらもっぱ」

を献立に取り入れました。
どちらも「のらぼう菜」を使用しています。



リクエストメニューを決めました！

保育園では3月に毎年恒例の年長児さんによるリクエストメニューがあります。卒園前のお楽しみなイベントのひとつです。これまでに食育で伝えてきた3色栄養と、主食・主菜・副菜・汁物と4つのお皿になるようにメニューを考えてもらいました。

主食はパンにすぐ決まりました。最近パン好きなお子さんが多いですね。主菜は鶏肉のからあげになりましたが、「魚がいいな～」と言うお子さんも半数近くいました。「エジプトの王様スープがいい」「あれ（モロヘイヤ）は夏だよ」等々、話し合いの結果メニューが決まりました。

(3月19日の給食になります)

- ・ロールパン
- ・からあげカレー風味
- ・マカロニサラダ
- ・豆乳コーンスープ
- ・清見柑



幼児クラスになると、メニュー名や食品名を覚えてほしいと思い、食事の前にその日のメニューを担当やクラスの当番が読み上げています。今回の年長児クラスの話合いでも、子どもたちがちゃんとメニュー名や食品名を挙げる事ができました。

年長児さんには卒園しても、保育園の給食や食育活動が楽しい思い出として心に残ってくれると幸いです。1年間ありがとうございました。



献立の紹介



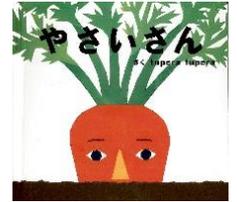
・春のお彼岸に合わせて、「ぼたもち」を取り入れました。彼岸は、年に2回（3月と9月）、お墓参りやお供えをしてご先祖様を供養する期間です。

・お彼岸には、仏壇に「ぼたもち」や「おはぎ」をお供えする風習があります。春に美しく咲くぼたんの花をイメージして作るのが、「ぼたもち」です。

・保育園では、米ともち米を混ぜて炊き、軽くついて丸めて、まわりにあんこや黄名粉をまぶして手作りしています。



「やさいさん」 tupera tupera 作
Gakken



乳児食育：やさいさん

乳児クラス（0～2歳）で「野菜に親しむ」をテーマに食育を行いました。『やさいさん』という絵本をご存知でしょうか？「やさいさん、やさいさん、だあれ」「すっぽーん、にんじんさん」「やさいさん、やさいさん、だあれ」「すっぽーん、ごぼうさん」という具合にリズムカルな文章と、土から出ている葉っぱをヒントにいろいろな野菜が飛び出してくるしかけ絵本です。

今回はその絵本を読みながら「すっぽーん」というところで本物の野菜を箱から出して見せました。人参、ごぼう、じゃがいも、かぶ、里芋、たまねぎ、さつまいも、大根…次々と出てきた本物の野菜に、どのクラスも子どもたちは目をキラキラ、わくわくした表情で見つめてくれました。まるまるの大きさの、本物の野菜に触れる機会はあまり無いのでしょうか、恐る恐る触れてみたり、ながーいごぼうを杖のように持ってみたり、大きな大根を「よっこらしょ」と持ち上げてみたり、人参とじゃがいもを両手に持ってみたり、お気に入りの野菜をずーっと持っていたり…とてもかわいい姿でした。年齢が上がるにつれ、野菜は残しがちなお子さんが多くなるのですが、少しずつでも野菜に親し



んで、食べるようになってくれるといいなと思います。