おひさま岡町保育園　給食室

9月 給食だより

2023. 8. 31

まだまだ暑い日が続いていますが、店先には秋の味覚も並ぶようになってきました。9 月の給食にも登場し始めます。旬の移り変わりを、こどもたちと感じながら味わっていけたらと思っています。

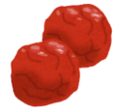
そして、夏のプール遊びなどを通して身体がぐんと成長したのを感じます。夏はとうもろこしをたくさん食べました。前歯が生えたつくしぐみのこどもたちからみんな、とうもろこしをかじって食べています。はじめは芯に粒が残っている子もいましたが、今では芯もかじりそうな勢いです。体幹の育ちが噛む力につながっていることを感じます。その他にも、姿勢を保持する時間が伸びたり、お箸やスプーンの使い方も変わってきました。お家でも、食卓の中で見えるこどもたちの成長を感じて見てくださいね。

今年の夏は…

こどもたちの育てていた夏野菜が収穫の時期を迎えました。

園庭で赤く色づいたトマトを見つけると、“あー！”と指さし、発見を伝えるれんげぐみのこどもたち。目の前で切ってお皿に入れると、あまりのおいしさに“もっと、もっと”と、おかわりが止まらない姿がありました。たんぽぽぐみでは、採れたてのきゅうりを自分たちでいろんな味付けをして味わいました。はじめは苦手だった子も好きな味に出会い、きゅうりが大好きになりました。すみれぐみのこどもたちは、赤じそを収穫して、しそジュースをつくり、飲んだり、かき氷にして味わいましたよ。今年は、猛暑の影響もあり、少ししか実りませんでしたが、食物の育ちに関わることで、たくさんの発見と、心動く経験ができた夏となりました。

究極の梅干し



3 か月かけて、あじさいぐみ手作りの梅干しがついに完成しました。今年は、1 人 1 粒の自分だけの究極の梅干しも小瓶に漬けました。梅酢があがってきたり、赤じそで色づいていく変化がよくわかり、じっくりと観察しながら出来上がりを楽しみにしてきました。すっぱい味が苦手だったこどもたちも、自分の梅干しの味は格別！大事に大事に味わって食べていますよ。また、給食にも使いながら、みんなであじさい梅干しを堪能しています。

おじいちゃん・おばあちゃんと一緒に♪

今年度は、5 歳児の祖父母を招待して「敬老のつどい」を開催することとなりました。つどい後には、こどもたちと一緒に給食を食べて頂こうと思っています。この機会にこどもたちの大好きなメニューを、味わって頂けたらと思っています。

＜メニュー＞
＊生姜ごはん
＊魚の照り焼き
＊青菜の納豆あえ
＊すまし汁

ひまわりのこどもたちと一緒にメニューを決めました。
“骨がない魚料理がいいな。”
“固くないものがいいかな…”。
と考えていましたよ。

＜稲が実ったよ～！！＞

春に止々呂美の田んぼにひまわり組が植えた苗が育ち、収穫の時期を迎えました。9 月 13 日（水）に稲刈りに行きます。田植え同様、稲刈りも楽しさだけでなく、たくさんの労力を使いますが、食べものができあがるまでの過程に関わり、苦労も知る中で、食べ物を大切にする気持ちの育ちにつながってほしいと願っています。

今年のお月見は…

今年の中秋の名月（十五夜）は、
9 月29日（金）です。

この日は、秋の収穫を喜び、感謝する日と言われています。

「魔除け」の意味がある“すすき”を飾り、

「月」に見立てられた 15 個のお団子を積み上げ、「芋」などの収穫物をお供えします。

また、十三夜のお月見の日は
10 月27日（金）です。

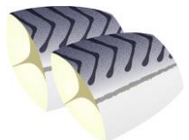
この日は、13 個のお団子と「栗」や「豆」などの収穫物をお供えします。

保育園では、幼児のこどもたちでお月見団子を作り、味わいたいと思っています。乳児のこどもたちは、団子に見立てた芋もちを食べますよ。

家族でもお月見を楽しんでくださいね。

秋はおいしい魚がいっぱい！

秋は、さんまを筆頭に旬を迎える魚がたくさんあります。幼児のこどもたちは、魚の姿焼きのメニューが大好きです。目玉を食べたり、アラや、しっぽの付け根や骨の間の身を探して食べることが楽しみになっています。一方で、こどもたちに“魚の食べ方”も知ってほしいという願いもあります。秋以降は骨つきの魚を出しながら、こどもたちがお箸で骨をはずすことなども経験していけたらと思っています。



8 月 31 日（木）に3･4･5歳のこどもたちは、あまごつかみをし、串刺しにして骨ごとまるかじりして食べましたよ！