

はくはくたより 令和5年度 南大分保育園

食育たより夏号

野菜を
たのしく
食べてみよう

きぐみさんでは、ナスび・ピーマン・トマト・メロン、かぼちゃを育てています。「ピーマン・ナスび苦手」と言いつつも、自分達で育てた野菜は...「おいし〜」と言って、調理してもらった野菜を完食!!「ナスびだいキ〜」嬉しい声が聴こえて来ます!

ももぐみ
苦手な野菜がある子は最初に量を減らして食べるようにしています。時間が経たなくても全部食べることで、苦手なものも完食できた!という喜びを感じてもらえるようにしています。

だいだいぐみ
給食の時、おかわしに入っている野菜を、「これは何?」と、興味津々に聞き、「○○だよ」と伝えると嬉しそうに、いっけい食べています。おまごとの野菜の玩具を通して、様々な野菜を楽しんで知ることができ

みどり組さんはポスト〜大分まで、南瓜やキャバ〜等の甘い野菜が人気のおやつ。きぐみ食になってから、おぼろ〜や玉ねぎが好きなおやつです。

あか組さんは、き組さんが育てている野菜を見せてもらったり、自分達が育てている芽を観察したりしながら、食物の成長に関心を持つように工夫しています。自分達の口に入るものがどのように育てているのか、子ども達と話しながら野菜をおいしく食べられるように工夫しています。

色や形に興味津々な子ども達。「この野菜は丸だね」「みどり色だね」「長いね」などお話ししながら、野菜の色や形に触れて楽しく食べています。
あかぐみ

みどり組さんは、生まれて初めて「食べ物」に出会う大切な時期です。色々な味・食感・舌触り、温度、匂い、色など五感で感じておいしさを知っていくので、まずは、色々な野菜の味を楽しみながら食べることを一番に心がけています。

先生達に保育園で野菜だけ食べる料理を聞いてみました。

- ・糸内豆で和えたもの (野菜の糸内豆和え, スタミナ糸内豆)
- ・酢作物
- ・マヨネーズのサラダ

・南瓜
・オクラ等の答えでした。
オクラは夏に一本塩茹でしたメニューがつかのですが、あまり残っていないイメージです。



南大分保育園
YouTubeチャンネル

きぐみさんのお野菜で作ったものを紹介する動画をUPしました。お時間のあるときにぜひご覧下さい。

