



発行 9
2019年4月1日

富士わかば保育園の食育活動

いよいよ新学期。新しく入園した園児と保護者の皆様、進級した園児と保護者の皆様、今年度もよろしくお願いします。

富士わかば保育園では、下記のような食育活動を計画し、食育だよりに掲載して保護者の方に報告しています。

☆栽培☆

園児たちが、プランターやどろんこ農園で野菜を作ります。夏野菜、冬野菜、芋類などです。

☆クッキング☆

収穫した野菜を使って料理したり、季節の行事に合わせたクッキングを行います。

☆茶摘み☆

ぞう組が、茶摘みと工場見学へ行きます。摘んだ茶葉は、天ぷらにして給食で食べたり、お茶にして飲んだりします。

食育関係の記事は、食育だよりだけでなく、職員室前の食育コーナーにも展示されるので、ぜひご覧下さいね！



イチゴ大福



材料（10個分）

切り餅8個 水 120 cc 砂糖 25g あんこ 150g
いちご10個 片栗粉少々

作り方

- ①イチゴは、洗ってへたを切っておく。あんこは10等分にし、イチゴの周りをあんこで丸めておく
- ②切り餅を6等分に切り、耐熱ボウルに入れて水と砂糖をふりかけ、ラップをしないで電子レンジで3分加熱する
- ③②を木べらで練り、片栗粉を敷いたバットに広げ、10等分する
- ④手に片栗粉をつけながら③を広げ、①を乗せて丸める。
- ⑤つなぎ目を下にして、皿に盛ったら完成

☆3月のクッキングで使ったレシピです。水と砂糖が入ること、作ってもしばらくは柔らかく食べられますよ！



保育園では食育で1年を通し様々な経験を楽しんでいます！



じゃがいも
植えたよ！



収穫したさつま芋で、焼き芋にしたよ！



まゆ玉を作って、どんど焼き！



どろんこ農園のブルーベリーの木。
今年もたくさん実がなりますように！！