



6月 24日 (水)

～今日の献立～

- ごはん
- 鮭の塩焼き
- 新ごぼうのきんぴら
- みそ汁



☆給食の先生からのお話☆

まず最初に、今日の給食のみそ汁の中には、らいおんぐみさんが皮をむいてくれた玉ねぎや、みんなが昨日収穫してくれたおくらとなすびが入っています★☆今日は、新ごぼうについてのお話をしたいと思います。

6月は歯が丈夫になるように、しっかり噛んで食べるメニューを取り入れています。



今日の新ごぼうのきんぴらも、噛むメニューです。新じゃがいもや、新玉ねぎがありましたが、ごぼうも今とれたのが、新ごぼうです。新ごぼうは、柔らかくて、香りがいいです。そして今が旬です。今日の新ごぼうは、聞いたことがあると思いますが、岡山県の倉敷市と言うところで採れたごぼうです。ごぼうは、土の中に太い方から細い方に向けてまっすぐ立って出来ていきます。上に大きな葉っぱもついています、葉っぱは食べることが出来ないで、スーパーに売っているときは、葉っぱはないですよ。

ごぼうはお腹の中をきれいにしてくれる働きがあるので、うんちが毎日でない人はとくにしっかり噛んで食べるといいかもしれません。

☆子どものつぶやき (反応) ☆



まず、倉敷市で出来たゴボウということ、聞いた子どもたちは、「僕の(私の)おばあちゃんがおる！」や「倉敷、知ってるよ！」と嬉しそうにしていました。また、体の中をきれいにしてくれる！うんちが毎朝出る！と言うことを聞くと、なかなか毎朝うんちが出ない子どもも、「しっかりたべんと、いけんよな」と言っていました。

味はどう？と保育者が子どもたちに聞いてみると…。「おいしい！やっぱり新じゃがいもも、新玉ねぎも、おいしかったけど、新がついたら、おいしいわぁ」と言っていました(笑)



給食の先生から耳寄り情報

ごぼうは、土がついたままの方が日持ちするので、すぐに使わなければ、土つきを選びましょう。ひげ根が少なく先の方まである程度の太さがあるものを選びます。柔らかく、ぐにゃぐにゃと曲がるものは避けましょう！

