食育だより

2026年5月1日
はとのさと福祉会
米田西保育園
発行責任者　調理師　平島

入園・進級してひと月が過ぎました。子ども達は新しい環境に少しずつ慣れ、元気に園生活を送っています。
たくさん遊んでお腹が空くと「今日の給食はなに？」と、給食の時間を楽しみにしてくれています。
5月のなると緑色が鮮やかな野菜がたくさん出回ります。旬のおいしさを味わえるような給食作りを頑張っていきます。

食べるって楽しいね！

子どもたちの給食のようす

ひよこ組

あひる組

あか組

もも組

ふじ組

みどり組

春の旬に触れよう！！

たけのこの皮むき(みどり組)

たけのこの皮は分厚くて硬いね！！

なんだか白くなってきたよ！

どこからむくの？

そら豆の皮むき(もも組)

そら豆のベッドはフカフカだったよ！！

大きな豆がでてきたよ！！

ふわふわしてるね

どうやって味覚は作られるの？

子どもの味覚は身体の成長と同時に形成されていきます。甘味・塩味・うま味は人間が好む味ですが、苦味・酸味は経験により好むようになります。今は、味覚が形成される重要な時期です。いろいろな食材と味に慣れ、多くの味を経験する事が『おいしい』感覚を作っていきます。薄味を基本として、素材そのものの味を大切にし、食との出会いを広めていきたいと思います。