

6月

給食だより

ミモザはまでらこども園 令和7年6月

食育だより

5月のクッキングはいちご大福といちごジャム作りをしました。

いちご大福

ぱんだ組、ぞう組、らいおん組で、いちご大福作りをしました。いちごを白あんで包む作業は、手があんでベタベタになりました。しかし、手に付いたあんこをペロリとなめながら、嬉しそうに包んでいる姿がみられました。いちご大福は大人気で、皆、あっという間に完食していました。



いちごジャム

園の畑で採れた真っ赤ないちご。ぱんだ組さんは袋に入れたいちごを手でモミつぶし、ぞう組さんとらいおん組さんはお椀に入れたいちごをスプーンやフォークでつぶしました。みんながつぶしたいちごをお鍋に入れて、いよいよ手作りジャム作りの始まりです！！自分たちが潰したいちごがどうなるのか興味津々の子どもたち。身を乗り出して「混ぜてみたい！」「やりたい！」「いいにおい！」と大興奮のこどもたちでした。ジャム作りに必要な砂糖がこんなにたくさん必要なんだと驚いてる様子でした。砂糖の味見も体験しました。煮詰めると、いちごの甘酸っぱい匂いが部屋中に広がり、どんどんとろみがついていくのを見してもらいましたよ！

5/29のホットケーキに手作りジャムをのせ、残ったジャムでいちごミルクにいただきました。自分達で作ったいちごジャムは特別でおかわりが欲しいと完食していました。



6月は、園庭で採れた桑の実をゼリーやジャムにして提供します。また、梅を使ってシロップを作ったり、梅干しの下漬けを行う予定です。楽しみにしててください。



煮ていくと
甘い匂いが
してきたよ



今月の旬の食材

- もずく・・・23日 なす・・・6日
- トマト・・・11、20日 アスパラガス・・・3日
- きゅうり・・・4、10、17、20、23、30日
- ピーマン・・・9、17、25、30日
- オクラ・・・3、10、12、18、19日
- いんげん・・・9、13、19日
- スイカ・・・25、26日
- 玉ねぎ・・・2、3、6、7、9、10、11、14、17、18、19、20、23、25、27、30日
- じゃが芋・・・5、11、18、21、23、24、25、26、27日
- 桑の実・・・18、27日



★6月の栄養価（幼児 給食・おやつ）

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
基準値	590	19~29	13~20
当園平均値	588	23.7	20.8