

保育所・幼稚園等用

(様式3)

所属 給食室

事業名	栄養バランスの話
実施日時・場所	2021年 5月21日(金) 10:30 社会福祉法人緑の家 みどりの丘保育園 2F リンゴ組
対象	年長児(5才児クラス)
目的	お作のしめ保育のメニューを決めるにあたって バランスの良い食事と食品の分類・役割を知る
事業概要	3食分類と果物、乳製品に献立をわけて 保育園で出る食事(お昼、おやつ、夕食+理想の朝食(仮))で 一日のバランスがとれるようにメニューを決める。 ランチョンマットに実際に昼食を置いてみる。
使用教材	食育ごまセット一式(不足カードは手作り)
参加者の意見・感想等	ゴマの説明で主菜には何が入る?と聞くと「お肉!」など 何人かは知っている様子だった。メニュー決めには好きとバランス を考えるのがおもしろかったようだ。ゴマを見せてこぼり ないよと言うとちゃんと理解している姿もあった。
実施者の意見・感想等	ゴマを見ると興味を持ち、職員の話も聞きどよめく様子も なかた理解できていた。メニューをバランス良く決めていくこと、 他児と自分の思いを一致させていくことに葛藤や姿も見られ たが、良い経験ができたと思う。
効果(成果)	にんじんとゴムのサラダなど食材名は出てきても料理名 はなかなか出てこなかった。普段どんなの出て?と聞くと 「クリームスープ」などできて、中に入れる具も他に使っていない具は何だろう と聞くと自分なりに足りない具を考えている様子だった。
その他	