

もぐもぐだより9月

枇杷島保育園
調理員 大島・三井田 (記)
令和5年9月28日発行



9月14日 さくら組 糸うりほぐし



糸うりは新潟県に伝わる独特の野菜です。
特に柏崎では栽培に力を入れている『柏崎地場特産品』です。

9月7日 ひまわり組 パッククッキング

材料 (1人分)

米・・・75g 水・・・100g

- ① といだ米をポリ袋に入れ、水を加える。
- ② 空気を抜いて口を縛り20分置く。
- ③ 沸騰したお湯の中で20分煮る。

お米と水をポリ袋に入れて縛ります

9月1日の避難訓練では、非常時を想定して乾物や缶詰を使った給食を体験しました。そして今回はポリ袋調理でごはんを作りました。

みんな「本当にできるのかなあ?」と半信半疑でしたが、美味しいごはんの出来上がりに大喜びでしたよ😊

まずはお米を洗います



お水がカルピスみたい☆

グツグツしているお湯の中に入れます☆



ほんとにできるかなあ?

ワァ! ふくらんだ!!

袋が大きくなってよ!

もちもちしてる☆

おはぎのごはんみたい☆



みんな朝からエプロンをつけて「給食のお手伝いをするよ!」とやる気満々でした。いざ糸うりを目の前にすると、どこからほぐしたら良いのか戸惑っている子もいましたが、徐々にコツをつかんであっという間に作業終了でした。



ながあ〜い!

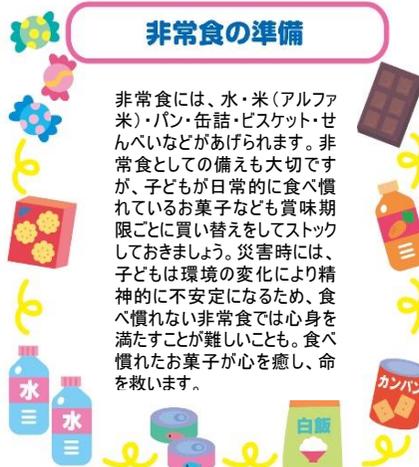
かぼちゃのにおいがする☆



手がヌルヌルするね!!

非常食の準備

非常食には、水・米(アルファ米)・パン・缶詰・ビスケット・せんべいなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも、食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



ほぐした糸うりは炒め物になって美味しくいただきました♡



たくさんできたよ★



やわらかいね♥

