



給食だより



令和3年 2月 1日
認定こども園 深江幼稚園
給食室



スプーンや箸の役割

スプーンや箸は、食事の時に欠かせない道具です。子どもにとって、スプーンは操作する初めての食具といえます。子ども達の食べる意欲を損なうことがないようにかかわることが大切です。



スプーンの持ち方



スプーンの選び方



スプーンを持たせるタイミングは、遊びの中で、形状は、先がこどもの口の1/3～1/2くらいのひじや肩を自分の意思で動かし、物を握ったり 大きさのもの。深さがあり過ぎると食べづらいので離したりが自由にできるようになることがひとつの避けます。柄は細すぎず、太過ぎない、こどもが目安と言えます。クレヨンを持って、なぐり書きを握りやすいものにします。素材はあまり重くない出来るようなら、スプーンを使える可能性が プラスチック製でもよいのですが、食べ物が高いといえます。クレヨンを持つことは、スプーン滑ってのせづらいので、慣れてきたらステンレスを持つ練習になります。 製の方がよいでしょう。

大きい子でも上手に持てない子もいます。良かったら下の図を参考にしてみてください。
3月の給食だよりでは、箸の持ち方を載せる予定です。

スプーンの握り方

○上握り

(1歳～1歳6か月ごろ)
手のひらで握り込みます。



○下握り

(1歳6か月～2歳ごろ)
下から握ります。手のひらを開かせ、上にスプーンを乗せます。



○えんぴつ握り

(2歳ごろ～)
えんぴつの持ち方で持ちます。広げるとともに、正しい持ち方になります。



ミルク餅

「おかわりください！」の声が多く聞かれる栄養満点の人気のおやつです。牛乳で作るものですが、園では乳製品アレルギーの子も一緒に食べられるように豆乳を使っています。

★材料 (4人分) ★

- 牛乳(豆乳)・・・300g ①牛乳と片栗粉と砂糖を良く混ぜて溶かす。
- 片栗粉・・・30g ②かき混ぜながら火にかける。もったりなってきたら、火を弱める。
- 砂糖・・・20g ③2～3分混ぜてつやが出てきたら火を止めて濡らしたバットに流し入れる。
- きな粉・・・お好み ④冷めたら一口大に丸め、きな粉と砂糖を合わせた中に入れて転がしまぶす。
- 砂糖・・・適宜

