


# 金沢市立八日市保育所

<b>テーマ及び目的</b>	食育の現場である保育所における給食の試食および子どもたちとの会食を通し、子どもから家庭へ食育実践の環を拡げる。																						
<b>対象及び参加人数</b>	市長、保健局長、4歳児25名																						
<b>実施日</b>	平成29年9月25日（月）																						
<b>実施主体</b>	八日市保育所 地域保健課																						
<b>会場</b>	八日市保育所 4歳児保育室																						
<b>スタッフ</b>	所長、4歳児担当（3名）、給食担当、地域保健課管理栄養士																						
<b>内容等</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市長・保健局長と4歳児との給食の会食会</li> <li>・本日の献立についての紹介と3つの食品群の確認</li> </ul> 献立： 揚げ魚のごまだれ 青菜の和え物 わかめと野菜の味噌汁 りんご																						
<b>成果</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちの給食に対する意欲や興味が深まった。</li> <li>・市長、局長が試食会に来所することにより、保護者もまた給食に対して関心を示し、子どもとの会話のきっかけを作ると共に、家庭での食に対する意識、実践に繋がった。</li> </ul> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-left: 20px;"> <p style="text-align: center;">＜揚げ魚のごまだれのレシピ＞</p> <p>材料 5人分</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">白身魚 (40g)</td> <td style="width: 50%;">5切れ</td> </tr> <tr> <td>料理酒</td> <td>小さじ1</td> </tr> <tr> <td>A 薄口醤油</td> <td>小さじ1</td> </tr> <tr> <td>しょうが汁</td> <td>少々</td> </tr> <tr> <td>片栗粉</td> <td>大さじ2</td> </tr> <tr> <td>天ぷら油</td> <td>適量</td> </tr> </table> <p>＜ごまだれ＞</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">すりごま (白)</td> <td style="width: 50%;">小さじ1</td> </tr> <tr> <td>三温糖</td> <td>小さじ1</td> </tr> <tr> <td>濃口醤油</td> <td>大さじ1</td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>大さじ1</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>30ml</td> </tr> </table> <p>作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 白身魚に下味Aをつけこみ片栗粉をまぶし油（180℃位）で揚げる。</li> <li>2 煮立てたごまだれにつけ込み味を絡める。</li> </ol> <p>※タレにすりごまをプラスする事で風味も良くなりビタミン・ミネラル量も取れるので子供にお勧めのメニューです。</p> </div> </div>	白身魚 (40g)	5切れ	料理酒	小さじ1	A 薄口醤油	小さじ1	しょうが汁	少々	片栗粉	大さじ2	天ぷら油	適量	すりごま (白)	小さじ1	三温糖	小さじ1	濃口醤油	大さじ1	みりん	大さじ1	水	30ml
白身魚 (40g)	5切れ																						
料理酒	小さじ1																						
A 薄口醤油	小さじ1																						
しょうが汁	少々																						
片栗粉	大さじ2																						
天ぷら油	適量																						
すりごま (白)	小さじ1																						
三温糖	小さじ1																						
濃口醤油	大さじ1																						
みりん	大さじ1																						
水	30ml																						
<b>今後の課題感想等</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市長、局長の来所により、メディアを通じて、保護者にも保育所給食の役割を再認識してもらう良い機会となった。</li> <li>・今後も、3つの食品群への分類を子どもたちと一緒に楽しみながら学び、食に対する興味・関心を深めていくと共に、子どもたちの姿を通して食育の楽しさ、大切さを家庭へと発信していきたい。</li> </ul>																						