

9月17日(金)

とうがんのごまずあえ

むぎいごはん

おまめとかぼちゃの
コロッケ

あおなととうふの
みそしる

きょうの給食メモ

ごま酢・・・

酢・さとう・しょう油・すりごまを合わせたものを、茹でた野菜に和えて作ります。ごま和えは、甘みが強く食べやすいですが、ごま酢和えは、酸味が利いています。

低学年のうちは、酸味を敬遠する傾向があります。酸味は成長するにつれ、徐々に獲得していく味覚の一つなので、苦手でも少しずつ食べていくことにより、食べられるようになります。

食の経験を、少しずつ子どもたちの成長に合わせて、積み重ねられるよう、給食では進めています。



苦手意識の克服！
今なら、まだ
間に合います！！

