



給食だより 4月号



ご入園・ご進級おめでとうございます。子どもたちは、これから園で
出会う友だちや先生に、胸をときめかせている事でしょう。保育園で
楽しく・元気に過ごす為には、早寝・早起き・朝ごはんを心掛けましょう！

～おみそづくり～

ぞう組（4歳児）は、3月のはじめにみそづくり体験をしました。大豆がみそになることを知り
五感を感じながらその過程を楽しみ、体験していきます。今回は、豆炊きから仕込みの工程を
しました。10ヶ月後、らいおん組さんでの1月頃が完成予定です。



①大豆を洗う

「かたいな～」や「納豆も大豆から
出来ているだよ」とお話しをして
いました。



②大豆をたっぷりの
お水に18時間
つける。



給食の先生に作り方を聞き、茹でた
大豆を少し食べました。
「柔らかくなった」や「味がない」など
この大豆でみそが出来るのか
半信半疑な様子です。

③たっぷりの水でコトコト
3時間煮る。



④大豆をザルにあげ、人肌に冷まし袋に入れて漬す。



⑤ 塩とこうじ・潰した大豆を混ぜる。よく混ぜたら、子どもが持ちやすい大きさに丸める。

⑥ 容器に⑤の丸めた大豆を空気を抜くために投げ入れる。



⑦ 表面を平らにしラップをして重しをのせる。



仕込み完成!

完成と言っても約 10 か月寝かします。10 か月後に熟成完了! 食べごろです。子どもたちに来年の 1 月が食べごろと伝えると「今食べたい」や「待てないよ」と言った感想でした。今からわくわく楽しみです。おみそ汁はもちろん、みそラーメンにしたいきゅうりに付けて食べたい、子どもたちの考えは、広がりました。

