



中学3年生は調理実習で幼児のおやつ 「パンケーキのフルーツ添え」を作りました。

2学期は保育の学習の中で、幼児のからだの発達、幼児の生活と食事、幼児のおやつを学びました。
幼児は、胃が小さく一度にたくさんの量を摂取することができませんが、多くの栄養を必要とするため、朝食・昼食・夕食では取りきれない栄養を補うものとして、おやつを食べています。甘いお菓子類に偏ることなく、様々な栄養素が取れるように工夫しましょう。



①薄力粉・コーンスターチ・ベーキングパウダー・砂糖・塩を泡だて器でよく混ぜる。

2枚目からは、フライパンを濡れ布巾で、冷やしてから、焼きましょう。

②別のボウルで卵・牛乳・サラダ油をよく混ぜる。①の粉を2回くらいに分けて、加え混ぜる。

③フライパンで焼く。

④フルーツを切って盛り付ける。

出来上がり！

食べた後片付けも、忘れずに・・・

食べるのがもったいない、かわいいお顔が出来ました。幼児のおやつにぴったりですね！

みんなで美味しく食べました。

おやつと離乳食を試食

授業の中で、おやつと離乳食を試食し、歯の生えていない赤ちゃんが食べられる、食感や味を体験しました。
味が無く「こんなの食べられるの？」や「意外と食べられる。」と感想は様々でした。

新生児の抱き方実習

生後まもない赤ちゃんと同じ大きさの赤ちゃん人形で、新生児の抱き方実習をしました。
今までに、赤ちゃんを抱っこしたことがない人は、クラスで約10人でした。クラスの全員に赤ちゃん人形を抱っこしてもらおうと「思っていたより重い。」や「柔らかかった。」と見た目では感じられない、体験が出来たと思います。
実際に、赤ちゃんを抱っこする機会があれば、やさしく抱っこしてあげてくださいね。



試食をした 白身魚とポテトのクリーム煮



編集後記



調理実習では、生地を作る・焼く・盛り付ける・食べる・片付けるとたくさんの工程がありました。役割分担をしながら、時間を上手に使っていました。自分達で作ったおやつは、少し焦がしていても、お昼ご飯の後でも、みんな残さずに食べていました。パンケーキは添えるものを変えるだけで、おやつになったり、朝食になるので、家でも作ってみてください。
来年1月に、にんべんの「かつお節体験教室」があります。かつお節から取るだしで、うま味を体験してください。