

ママキッズだより

第5号

H29.10.11



★お弁当づくり&公民館でピクニック♪

9月6日(水)、第5回目のママ&キッズの様子をお伝えします。

今回は、「料理のレパートリーを増やしたい」、「子ども達の嫌いな野菜でも食べて貰えるように工夫したい」等のママ達の悩みを楽しく解消しようと「お弁当づくり」をしました。



講師の黒澤さんと山口さん

いもち班、かぼちゃ班、にんじん班の3班に分かれ、各班でワイワイとおしゃべりしながら楽しい雰囲気調理実習をしました。



いもち班



かぼちゃ班



にんじん班

★つくったもの

- ① いもち
- ② あら引き肉とかぼちゃの揚げワンタン
- ③ 卵焼き&ウィンナーで「ヒマワリとかたつむり」
- ④ ミニパスタグラタン or ミニパスタサラダ
- ⑤ おにぎらず



お弁当も可愛く飾りつけ！



みんなで楽しく“いただきます”



子ども達も美味しそうに食べてくれました♪

★振り返しシートから

・みんなで調理実習できて楽しかったです。人参シリシリ、子どもも食べてくれるので、これから作ろうと思います。担当した「いもち」も食べてくれて良かったです。お野菜も食べてくれて、やったかいがあります！

・お弁当の飾りつけが参考になりました。子どももいつもよりたくさん食べてくれました。カップスープの素をソースに使ったり、手軽に出来るのがとても嬉しいです。

・かたつむりの作り方、ひまわり。同じ材料でも工夫でキレイに可愛くなるんですね！夢中になってしまい、時間オーバーになりました。子ども達におなかを空かせすぎてかわいそうだなと思いました。皆楽しくできて良かったと思います。

・お弁当づくりはいつも迷っていて、なかなかチャレンジできませんでしたが、今日をきっかけにやってみようと思いました。ラップをねじって作る「おにぎらず」も作ってみました！

★編集後記

お弁当づくり。本当に楽しそうでした。私も、「おにぎらず」と一緒に作りましたが、上手く作れず、「おにぎれず」となっていました(笑)。

柴田

