



つきみだんご

月見団子



<号外>
令和2年9月
亀井野保育園

いろいろな食材と味を経験しよう

味覚は生まれる前の母親のおなかの中にいる胎児の頃(妊娠7週目頃)からではじめ、生後3か月くらいまで急成長します。生後5か月～2歳くらいまでは、いろいろな味を受け入れる黄金期です。

<子どもの味覚の育て方 とけいじ千絵>

保育園では1人1人よく噛み、飲み込むことができるか、食事の様子を見ながら、2歳児クラスの後半の時期から白玉団子を提供しています。

今年度のお月見の月見団子は3歳クラスから提供し、0～2歳児はさつまいもを使って、さつまいも団子を提供していきます。

11月にも白玉団子のメニューを提供予定です。次回は2歳児クラスから提供をし、いろいろな味や食感を味わっていきたくと考えています。

ぜひ、一緒に丸めてクッキングを楽しみながら、お家で作って味わってみてください♪

～お団子を食べるときには～

食べやすい大きさにし、ゆっくりよく噛んで飲み込むように伝えていきます。
食べている時は遊んだり、歩いたりせず、集中して食べよう。



保育園の白玉団子

～レシピ～

材料

- 白玉粉 … 100g
- 小麦粉 … 30g
- 絹豆腐 … 30g

- ・みたらし、きなこ、あんこなど … 適量

作り方

- ①材料(白玉粉、小麦粉、絹豆腐)をボールなどに入れ、混ぜてこねていく。(耳たぶの固さになるくらい)
※水は入れず、豆腐の水分でこねていく。1つにまとまらなければ、水または絹豆腐を追加で加えていく。
- ②鍋にお湯を沸かし、沸騰後に①を丸めて、真ん中にくぼみを作り、鍋に落とし、茹でていく。(4～5分で浮いてきます)

ポイント

- ・白玉団子に豆腐を入れることでやわらかく仕上がります。
- ・丸めるときは、まん丸よりも真ん中を押してくぼみを作ると、火の通りも早く、喉に詰まらせる危険も軽減できます。
- ※2歳児クラスは半分に切って提供しています。

