

●玄米給食試食会を実施しました。

日時：12月5日（水）12：00～12：50

場所：西風園保育室

献立：小豆入り玄米ごはん（ごま塩ふりかけ）

おでん風煮、ひじきの酢の物

今回の玄米給食試食会には、大人7名、子ども1名、計7名の方が参加されました。

最初は、お互い初めての顔合わせにやや緊張ぎみのスタートでしたが、小さいお子様の「おいしい」の一言に、思わずみんな笑顔に。和やかな雰囲気にも包まれた試食会となりました。お子様を含め、参加者全員がきれいに完食でした！

食後は、皆様から玄米の炊き方、だしの取り方、無添加調味料の購入方法など様々なご質問があり、調理士の答えにうなづきながら耳を傾けられるご様子に、食に対する関心の高さを実感しました。

以下は、アンケートによる参加者の感想です。

Q. 今回の玄米給食を試食してみていかがでしたか？

A.

- ・玄米を圧力鍋で炊いていらっしゃるということで、固さ加減が丁度良く、あずきが入っているのも美味しさが増していました。煮物も味が丁度良く、子どもさん達も残さず食べるというのを聞き、健康面、栄養面を考えて提供していらっしゃることに大変感服いたしました。
- ・大変おいしくいただきました。ありがとうございます。栄養価も高く、身体にやさしい調理法でとても良いと思います。自宅でも実行できるように心がけたいと思います。
- ・玄米がもちもちとしておいしくいただきました。酢の物や煮物も味がしっかりあり、食べやすいでした。だしも自然なもので、無添加調味料で、安心して食べられる給食だと思いました。おいしくいただきました。ありがとうございます。
- ・もちもちしていて美味しかった。少し塩が濃かった。酢の物がまろやかで美味しかった。子どもが完食していたので、私も嬉しかったです。圧力鍋では難しいけれど、家でもチャレンジしてみようと思います。ご馳走様でした。

- ・玄米 100 パーセントのご飯がモチモチでとてもおいしくいただきました。普通にいただくよりもとてもおいしく感激です。いろんな情報があふれている中、素朴な食材で子供の健康を保つ努力を期待しております。
- ・玄米御飯、めったに食べたことがないので、もちもちしてすごくおいしかったです。それと、献立感動です。子供等の小さい頃は、揚げ物が主体でした。後に食生活がいかに大事かと痛感しております。小さい頃からこういう食事を取っている子供達は幸せです。

Q. 今後もし参加されるとしたら、どんなメニューを食べてみたいですか？

A.

- ・子どもさん達にどんな健康的なおやつが提供されているのか知りたいです。
- ・西風園の食事なら、どんな物でも食べてみたいです。
- ・玄米食+今日のような煮物
- ・家で調理しやすいもの。カンタンでおいしいレシピを知りたいです。
- ・ふを使った料理。色々なメニューを食べてみたいと思います。
- ・(カレールーから)手作りのカレーを食べてみたいです。(先生方が、おいしいですよ〜と話をされていたので)

今回ご参加の皆様、貴重なご意見やご感想をありがとうございました。今後の試食会の参考にさせていただきます。

当園では、園児の保護者にも保育参観日に玄米給食を提供していますが、毎回大好評です。子どもたちも大好きな玄米給食。来年度もまた試食会を計画したいと思っておりますので、皆様ぜひお越しください！