

《食育体験授業報告》

そら豆の豆むき

5月21日、小学部5年生がそら豆の豆むき体験をしました。



豆のさやが空に向かって育つので、「そら豆」といわれるそうです。でん粉とタンパク質の他、ビタミンやカルシウムも含まれています。うす皮はむかずに食べると、食物せんいがとれます。

まず、絵本「そら豆君のぼくの一日」を映したテレビを見ながら、本を読む先生の声に耳を傾けました。「そら豆君のベッドはどんなにふわふわなんだろう。」



畑のそら豆が空に向かって伸びている写真を見た後、みんなでいっしょにむいていきました。



さやからすじをていねいにとって、さやを開ける児童や、さやをちぎって、次から次と豆を出す児童、ふわふわベッドの話の思い出するように、豆の出た後のさやの感触を楽しむようになでる児童もいました。



用意したさや豆全部をむくことができ、それぞれの重さを量ると合わせて8kg、ありました。



ありがとう！
おいしい給食を
作りますね。



おいしく
作ってね！

むいた豆は、給食室にもって行き、調理員さんに手渡しました。

みんながむいたそら豆は、次の日の給食で『クリーム煮』になって出ました。



5月22日の給食

牛乳
黒糖パン
そら豆とウィンナーのクリーム煮
ツナサラダ

そら豆を使ったクリーム煮は？ もちろんおかわりしましたよ。