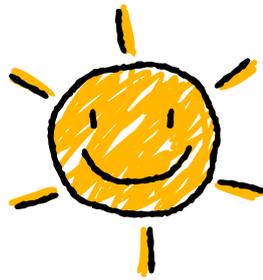


お弁当にまつわる エピソード

- ・完食してドヤ顔で見せてくれるのが可愛い！嬉しい！
- ・園で収穫した野菜を入れると量もちょうど良く子どもも喜びます🌿
- ・家では食べない野菜もお弁当なら完食🌟
- ・お友達のお弁当を見て「これ入れて。」とオーダー
- ・2段弁当に憧れています
- ・子どもがお弁当をひっくり返して、新しくおにぎりを持って行きました😅
- ・家ではあまり量を食べませんが最近はお弁当が足りない！と言います
- ・一番美味しかったと言ってくれたおかずが冷凍食品でした🌀
- ・朝寝坊してお米が炊けなかった…



So Yummy



困りごと



- ・メニューがワンパターン・野菜苦手で彩り不足やバランスが心配・好き嫌い多く毎回同じになりがち・夏の食中毒が心配・夏秋の冷たくても美味しくて栄養のあるおかずを知りたい・朝忙しくて作るのが大変・姉妹で好みが違う

みんなの工夫

- ・とにかく好きなもの中心に！完食することが優先！
- ・季節イベント（節分、ハロウィン、クリスマス）でキャラ弁をつくる
- ・夕飯を多めに作って翌日のおかずにする
- ・野菜は肉巻きにしたり、卵でとじたりすると◎
- ・皆さんのアイデアを参考にレポートリー増やす！
- ・前日に作っておく（卵焼き、ピーマン肉詰め等）
- ・朝は、あたためるだけ、焼くだけ、詰めるだけ！
- ・冷凍しておく（キーマカレー、ブロッコリー）

頑張りすぎない毎日の中に、子どもへの想いがぎゅっと詰まっていました。
アンケートへのたくさんのご協力誠にありがとうございました！

