



ごちそうさま～



令和6年11月

富沢わかば保育園 給食だより No.8

日暮れが早まり、冷え込む日が増えてきました。空気も乾燥してきて、体調を崩しがちな季節です。体を温める食事や十分な睡眠を心がけ、寒さに負けない体づくりをしていきましょう。



11月22日(金)は子どもたちが楽しみにしている年に一度のお弁当の日です。

お弁当をおいしく・楽しく・安全に食べられるように、保育園では以下のことをお願いしています。

☆衛生の観点から、野菜や果物以外の生もの(魚卵類など)は避けてください。

☆デザートは果物のみでお願いします。(ゼリーやヨーグルト、プリン等はご遠慮ください。)

また、果物は別容器に入れるようお願いいたします。

☆すみれ・すずらん・たんぼぼ組のお子さんのお弁当は、つかみやすい形状(おにぎり🍙やいなり、巻き寿司、サンドウィッチなど)がおすすめです。自分で食べたいという気持ちを応援しましょう。

☆未満児はピックなどのとがったものは口の中をけがをする恐れがありますので入れないようにお願いします。

☆箸やフォークなどの食具もお忘れなく。

☆飲み物(牛乳)は園から出ます。

☆お弁当を包む袋や箸などすべての持ち物には名前の記入をお願いします。



お忙しい中ではありますが、ご協力の程よろしくお願い致します。

芋掘りをしました(以上児)

10月22日(火)、わかば農園で育てていたさつま芋を収穫しました。いろんな形のさつま芋が土の中から出てきて、子どもたちは喜んでいました。収穫したさつまいもは、11月7日(木)の焼き芋会で使う予定です。



芋煮会(以上児)



10月8日(火)はクッキング芋煮会の予定でしたが、感染症の流行のためクッキングは中止、お天気も良くなかったため、お部屋の中での芋煮会になりました。そんな状況に関わらず、子どもたちの食欲は絶好調!給食室が大量に作った芋煮をモリモリ食べてくれて、最後に大鍋は空になっていました。

シソの実とはどんな味?



たんぼぼ組さんで育てているシソに花が咲き、小さなたくさんの実がなりました。シソの実を収穫し佃煮にして出すと、子どもたちはプチプチした食感を楽しみながら、ごはんと一緒に味わっているようでした。

スイートポテト作り(ちゅういっぴ組)

蒸したさつま芋を袋の上からつぶすよ。

砂糖、豆乳と混ぜたら、形をととのえるよ。

焼きあがったスイートポテトは午後のおやつで美味しく食べました。



和食について

11月24日は「和食の日」です。ご飯を中心に、おかずと汁物を組み合わせた和食は栄養バランスがよく、健康的な食事の基本です。乳幼児期はうま味を味わうことを通じて味覚の土台がつけられるので、この時期に様々な味を経験できるように心がけましょう。

かつおだし 昆布だし 煮干しだし しいたけだし

