

❄️ きゅうしょくだより 12月号 ❄️

今年もあと一月となりました。あっという間に1年が過ぎていきます。これから寒さも本格的になっていきます。体温が低下して抵抗力が弱くなると、風邪をひきやすくなります。日頃から寒さに負けない強い体を作り、冬を乗り切りましょう！

★食育体験★

～餅つき会～



11月21日に餅つき会を行いました。今年も朝のおやつとしてもち米おにぎりを食べた未満見さん！！「いつもと違うごはんだ！」という声も聞こえてきました♡うさぎ組・りす組は先生たちと一緒に杵を持ってお餅つきに挑戦！！「よいしょ！！」「頑張れ！！」と周りの声援が届いたのか、どのクラスも立派なお餅が出来上がりました♡

以上児さんは出来立てのお餅に好きなタレをかけて食べたり、持ち帰り用のお餅を丸めたりと、楽しい時間が盛りだくさんな一日でした♡今年度のお餅つきも7名の保護者様にお手伝いいただき、子どもたちと楽しい時間を過ごすことができました。ご協力ありがとうございました。



★スイートポテト作り体験★

11月6日に以上児さんを対象としたスイートポテト作り体験を行いました。先日全員で行った芋ほりで収穫したさつまいもを使用し、自分だけの特別なスイートポテトを作りました。らいおん組、きりん組は生地作りからスタートです。「冷たい！！」「気持ちいい！！」などたくさんの声が飛び交ってとても楽しんでいる様子が見えました。くま組は生地を好きな形にする体験。「きれいな丸になったよ！」「お星さまができた！」と個性豊かなスイートポテトが出来上がりました。これからも食育を通して子どもたちが食に興味を持ってくれるような時間を取り入れていきたいと思ひます。



★給食委員会★

- ・芋掘り、焼き芋会を通して、季節も食材に触れて食べることの楽しさやおいしさに触れることができている。(ひよこ)
 - ・苦手な野菜にも挑戦しようとする子が増えてきている。その子のペースでいろいろな食材に触れていけるようにしていきたい。(うさぎ)
 - ・苦手な野菜も一口は食べ、自分で食べる喜びを味わっている。(りす)
 - ・絵本や紙芝居、食育体験を通して少しずつ楽しく食べられるように意識できるようにしていきたい。(くま)
- 自分で掘ったさつまいもを調理して食べることで、食べ物への関心が高まり、食べることの喜びや、作ってくれる人への感謝の気持ちも育まれた。(きりん)
- ・スイートポテト体験を終えて食への関心が深まり、食育へとつながっている。(らいおん)

★10月の残食★

(1ヶ月合計の残飯量/1日の平均残飯量)

| | | | |
|-------|--------------|------|-------------|
| うさぎ組 | 9920g/496g | りす組 | 8250g/412g |
| くま組 | 20340g/1017g | きりん組 | 13620g/681g |
| らいおん組 | 5370g/268g | | |



子ども茶碗1杯
100gです。