

11月 給食だより

朝夕は少しずつ空気が冷たく肌寒くなってきましたが、昼間はまだまだ太陽の暑さを感じますね。寒くなるにつれ、気温の変化や空気の乾燥等により、風邪をひきやすくなります。手洗いうがいを行う他、規則正しい生活を心掛けて冬に流行する感染症に備えていきましょう。

子どもの育ち・給食の様子

今年度も半年と少しが経ちました。子どもたちの喫食量も4月に比べると大変多くなりました。量だけではなく、食具が上手に使えるようになったり、苦手な食べ物が食べられるようになったり、様々な成長が見られます。残り半年は更に食べることを楽しむように関わりながら、次の学年に向けての成長を見守っていききたいと思います。

～乳児のへや～

4月に比べて食べる量は増え好き嫌いも出てきましたが、食材の話しながら目の前で配膳することで興味を持てるようになってきています。食具の使い方にも慣れ、上手に持てるようになりました。

次年度に向け、食事の挨拶など、簡単なマナーを伝え習慣づけることができるよう関わっていききたいと思います。

＼りょーかい★／



お肉
いた
れて
さ
ねん
っ



し
た
て
持
ち
上
手
！



お皿も上手に持つよ！



～幼児のへや～

箸の持ち方が上手になったり、食器の正しい位置を意識することができるようになっていきます。また、様々な食育を通して食べ物や体との関係に興味を持てるようになりました。

食事のマナーについて振り返るとともに、食べ物に関わる人、物に感謝して食べることができるよう伝えていきたいです。

食べる様子を見に行くと、「今日のごはん美味しいー！」などたくさん声が聞かれ、とても嬉しいです☆

＼お皿ぴかぴかー！！／



もりもり食べて
ほっぺにご飯粒がっ☆

かっこいい姿勢！！



おいしいっ



★11月の献立について★

シチューやかき玉中華スープなど、冷めにくく体が温まるメニューを取り入れました。また、風邪をひきやすい季節でもあるため、たくさん食べて菌やウイルスに負けない強い体を作ってほしいなと思います。そこで、あんかけチャーハンや親子丼、さつまいもご飯など、ご飯の進みがよくなるメニューも取り入れています。芋やきのこの秋が旬の食材の味を楽しみつつ、また、食欲も増すような給食を提供していきたいと思っています。

3色食品群 について知ろう!!!!

らいおん組さんに3色食品群の赤と黄色のお話をしました！自分の身体はたくさんの食べ物からの栄養でできていることやどんな効果があるのかを伝えました。『赤は動物からできているものが多いね！』『朝は黄色の食べ物たべよう！』など自分なりに理解して、たくさんの食べ物を食べてほしいです♪来月は残りの緑のお話をして、3色食品群を取り入れたクッキングをしたいなと思います☆



きのこ ふれしてみよう

0.1,2歳児できのこに触れてみよう！をしました。
【0歳児はまいたけ】【1歳児はえのき・しめじ】
【2歳児はエリンギ・まいたけ・しめじ】を使いました。
0.1は形に不安がったりしていましたが、匂いをかいだり、持ってみたりと楽しんでいました。2歳児は3種類のきのこの形の違いを見たり、触ったり、匂いをかいだり、割いたりして触れ合いました。給食はきのこのうまみたっぷりのスパゲッティ！！みんな喜んで食べていました♪



エリンギ!

もぎっ!!

くんくん
これがきのこ…!

わかめ ふれしてみよう

2歳児でわかめに触れてみよう！をしました。最初は固いわかめが水に入れるとふやけて柔らかくなり、量も多くなりました！！びっくり！！「いつも食べているわかめは最初は固いんだね！」「黒色から緑色になった！」「海のおいがする！」「ぬるぬるだ！」とわかめの変化をよく見て触って感じていました。



わかめの食育しますよ～!



みてみてっ
ふえた～!!

くんくん
海のおい??

