

11月



給食だより

令和5年10月31日発行



日が沈むのが日に日に早くなり、秋が深まっているのを感じられるようになってきました。園では増築工事が進んでおり、子どもたちは普段見ない光景に興味津々なようです。

朝晩は冷え込むようになりました。風邪など、体調には気を付けて過ごしていきたいですね。



「4つのお皿」ってなあに？

日本の伝統的な食事は、「主食・一汁・二菜」の形式。この4種類がそろると、自然とバランスのよい食事になります。子どもには、「4つのお皿」と話すと、わかりやすいでしょう。ごはんは左の手前、汁物は右の手前、主菜は右の奥、副菜は左の奥に置きます。この配置なら、右手で箸を持ち、左手で茶わんを持つという食べ方を、スムーズに教えることができ、また、汁物・ごはん・おかずと、順番に食べる食べ方も、いっしょに教えられるメリットもあります。言葉かけひとつで、配膳や食事のマナーが楽しく覚えられます。



★おいも掘りをしました★

10月6日、6月上旬に植えたさつまいもの収穫をしました！子どもたちは頑張っておいも掘りしてくれましたが、今年はたいへん不作だったようで…。収穫量は合計4kgでした。4kgのさつまいもは、17日のさつまいもサラダと、23日のさつまいもとりんごの甘煮に使わせて頂きました！子どもたちは楽しくおいも掘りができたようです(*^^*)

