



11月 給食だより

令和2年 11月

伊万里保育園



11月になり、秋の深まりとともに、野山が赤や黄色に彩られる季節になりました。

冬野菜をたくさん使った鍋ものやシチューが美味しい季節です。体を温める根菜類や甘みも出て軟らかく美味しい緑黄色野菜などがたくさん出てきます。

寒くなると基礎代謝量も増え、味覚的にもタンパク質や炭水化物、脂肪といったエネルギー源になるものを好みます。寒さや風邪に負けない体力をつけるためにしっかりと食べましょう!(^^)!

旬の野菜やくだもの & 魚



10月の食育で年少さん&年中さんに絵本の読み聞かせをした時の様子です!

『いただきますはやさいから』という絵本で野菜を食べるとライオンの足が早くなったお話です。このお話を聞いた子供達。この日は苦手な野菜が一番早くなりました(笑)



《今月の行事》

☆6日 ふれあい運動会(雨天中止・通常保育となります
給食があります。)

お菓子とジュースのご褒美があります。

☆10日 芋掘り

☆13日 焼き芋会

☆18日 誕生日会(3才以上児のご飯はいりません。)

☆27日 クッキング 石垣だんご(年長さん)

*エプロン、三角巾を持たせてください。



11/10(金)にサツマイモの収穫をします。みんなで掘る楽しさや、採れた嬉しさなど、自分で収穫したお芋のおいしさは格別です!そして、次の週に今年も枯れ葉を集めて「焼き芋会」をする予定です。

子供達にとって育てる⇒収穫する⇒食べる事はかけがえのない経験となる事を祈っています(^^)

