



# 給食だより

2023年11月1日  
尚徳福祉会 仲町保育園  
栄養士

肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、晩秋の気配が感じられるようになりましたね。保育園でもいろいろな食材を給食に取り入れられるよう、工夫して給食を作っていきます。



## しいたけ栽培しています 🍄



昨年大好評だったしいたけの栽培を今年もはじめました！3日目で早速芽をだし、5日目には収穫をしました。10月26日の給食では、園で育てたしいたけが入った炊き込みご飯と筑前煮が出ました。

子どもたちは毎日水をあげたり観察したりしています。今後のしいたけの成長も楽しみです！

## 野菜とふれあおう 🍆

10月24日（火）いちご組で野菜とふれあう体験をしました。給食ではよく出るけどなかなか丸のまま見る機会がない大きなかぼちゃを触ったり、転がしたり、叩いたりしました。はじめは不安な顔や怖がった顔をしている子もいましたが、次第に楽しそうに参加してくれました。最後は、かぼちゃを持って離さない子が出てとても可愛い姿でした。

かぼちゃは次の日の給食でかぼちゃのごまマヨサラダになりました。美味しそうに食べてくれました。



いいにほんしょく  
11月24日は  
「和食の日」



11月24日は「和食の日」です。園の給食は、さつまいも御飯、のりのから揚げ、はるさめサラダ、みそ汁（麩・こまつな）、かきです。和食の良さに気づき和食を楽しみましょう！

## 給食室からのお知らせ

11月9日（木）はさくらんぼ組リクエストメニューです。給食は御飯、鮭の塩焼き、切干大根の旨煮、かき玉汁、みかんです。おやつは、プレーンクッキーです。是非楽しみにしてください🌸

※完了食はすまし汁（たまねぎ・わかめ）を提供します。

## エプロンシアター

10月20日、26日でエプロンシアター「おおきなかぶ」をしました。かぶを引っ張る所では、一緒に「うんとこしょ、どっこいしょ」のかけ声をしてくれました。かぶが抜けるとみんな喜んでくれました。

子どもたちはきちんと話を聞いてくれて、楽しかったという声も多く聞こえてきました。絵本とは一味違ったおおきなかぶを楽しんだエプロンシアターでした。