



給食だより

2023年12月1日
尚徳福祉会 仲町保育園
栄養士

日に日に気温が下がり、いよいよ冬本番となりました。これから風邪をひきやすくなりますので、体の芯から温まる根菜をたくさん食べて体力をつけましょう！

12月22日は1年で1番日中の時間が短い冬至です。冬至の日にはかぼちゃを食べる習慣があります。かぼちゃには栄養がたっぷりと含まれていて「食べると風邪にかからない」と言われているからです。12月の献立にはかぼちゃが多く入っています。かぼちゃを食べて元気に過ごしましょう！



給食の様子

いちご組では、毎日だしから手作りした離乳食を提供しています。最近では、完了食を食べる子が増えました。スプーンを使って食べる姿もみられ、成長を感じます。牛乳や和食が好きな子が多く、給食が運ばれてくると嬉しそうに見に来る姿が可愛らしいです。

もも組も食べるのが好きな子が多いです。時には食べたい気持ちが強くてスプーンを使うことを忘れて手で食べだしてしまう子もいます。汁物や麺類が好きな子が多い食いしん坊なクラスです。

さくらんぼ組では、給食を見て「これなにー？」と食材に興味がある子が多くいます。最近では、苦手なものでも一口は食べてみる姿をよく見ます。自分できれいに食べられるとエプロンなしで食事に挑戦し、成功したり、少し汚したけどお着替えをしたり。明日こそ！！とお兄さん、お姉さんになるという気持ちが可愛らしいです♪



さつまいもごはん

10月のさつまいも掘りで収穫したさつまいもを少し寝かし、11月10日(金)の給食で食べました！小さめのさつまいもが多くて心配でしたが、火を入れると濃い黄色になり、ねっとりとした甘味があってとても美味しいさつまいもでした！



リクエストメニューにさつまいもを使ったものがよく出るほど普段からさつまいもが好きな子ども達ですが、さつまいもごはんもあつという間に完食する姿がみられました。

また、園庭では夏野菜が終わり新しい野菜が芽を出しています。園庭の野菜が給食に出るのも楽しみです。



給食室からのお知らせ

12月7日(木)はたんぽぽ組リクエストメニューです。給食は丸パン、鶏のから揚げ、切干大根のうま煮、ABCスープ、バナナ、おやつはぶどうゼリーです。

14日のおやつにはパン屋さん、21日の冬のお楽しみ会にはクリスマスメニューを提供します。是非楽しみにしてください♪