



# 給食だより

2024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。



## 11月24日は「和食の日」

11月24日は「和食の日」です。和食の日とは、日本人の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日です。私たちの食卓を支える和食の魅力を紹介します。

### 和食のよさ

保育園の子どもたちの給食の様子をみると、和食の人气が高く、残食も少ないです。リクエストメニューも和食のことが多いです。慣れ親しんだ和食はほっとする味わいです。保育園の給食でもほっと楽しい時間になるような給食を心掛けています。



### 給食室からのお知らせ

10月にはもも組のリクエストメニューがありました。野菜がたくさん入った中華丼でしたが、もも組だけでなく、他のクラスの子どもたちもたくさん食べてくれました。

11月18日はさくらんぼ組のリクエストメニューです。

- お昼●
  - ・納豆御飯
  - ・鶏のから揚げ
  - ・切り干し大根の旨煮
  - ・みそ汁（大根・あおさ）
  - ・バナナ
- おやつ●
  - ・2色クッキー



### 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！



### 子どもと一緒に 食べものクイズ

Q きのが地球に誕生したのはいつ？

- ①約200年前
- ②約2000年前
- ③約2億年前

A 正解は③。きのは菌類の一種で、菌類は植物や動物が誕生する前から生息しています。今のようなきのを形成するようになったのは約2億年前からといわれています。

