



# 給食だより

2024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21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。かぼちゃを食べて元気に過ごしましょう！



## カレーパーティー



11月18日(月)にハウス食品グループさんと株式会社メイトさんに協賛いただいたバーモントカレーを使ってカレーパーティー・カレー作りをしました。たんぼぼ組はたまねぎの皮むき、ちゅうりっぷ組はにんじんとじゃがいも洗い、ひまわり組はお米研ぎを手伝ってもらいました。ひまわり組は研いだお米をお部屋で炊飯器で炊き、給食の時間に食べました。どのクラスも話をよく聞いて真剣にカレー作りに取り組んでいました。



3～5歳のおやつは、カレーと同じく協賛いただいたフルーチェをつかって「Myフルーチェ作り」をしました。

子どもたちが自分で作るフルーチェは特別なようで、全部きれいに食べる子ばかりでした。給食もおやつも楽しい一日でした。登園時間の調整ありがとうございました。



## さつまいも食べました



さつまいもほりで収穫したさつまいもを少し寝かし、11月12日(火)のおやつでさつまいもとりんごのパイで食べました！

今年のさつまいもは、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！

さつまいもとりんごのパイは、りんごを小さな角切りにしたものを煮て、蒸してつぶしたさつまいもと合わせて春巻きの皮で包んで揚げています。中のりんごの酸味がアクセントになったさつまいも餡と外の春巻きの皮のパリパリとした食感が美味しいおやつです。子どもたちに大人気でした！



## 給食室からのお知らせ

12月11日(水)はたんぼぼ組リクエストメニューです。給食はしょうゆラーメン、いわしのかば焼き、納豆の梅和え、バナナです。おやつには、きなこあげばんががです。

24日のおやつにはパン屋さん、25日の冬のお楽しみ会にはスペシャルメニューを提供します。是非楽しみにしててください♪

