

# 食育だより

令和 2 年 10 月

めぶき 保育園

朝晩は気温がぐっと下がり、本格的に秋の訪れを感じますね。園の給食には、今月から秋の味覚や新メニューもいくつか取り入れています。ぜひ、献立をご覧ください。

## とうもろこし

お部屋の前に干していたポップコーンの実を外し、油と一緒に機械にいれました。段々ボコボコと実が弾ける音がすると、子どもたちが静かになり音に集中しているようでした。中から白いポップコーンが出てくると子どもたちから歓声が上がり「ポップコーンだ」という声がたくさん聞こえました。



## じゃがいも

9 月初めに種イモを半分にカットして腐らないよう断面に草木灰をつけて、玄関先で日光にあて芽出しを行いました。緑色の芽がでてきたので、断面を上にして植え付けます。そうすることで、芽が一度下に伸びてから上に伸びてくるので、強い芽が育ち病気に強くなります。2 週間後、芽は 10 cm ほど伸びていましたよ。

