食育だより

令和 5 年 10 月
め ぶ き 保育園

朝晩は過ごしやすい気温となり、少しずつ秋の訪れを感じるようになりました。

今月も給食のレシピ動画を YouTube にアップしました。
今月はワンタンスープです。お肉とお野菜がたっぷり入っていて、
少しとろみのあるスープは肌寒くなる季節にぴったりです！
ぜひご家庭でも作ってみてください。

経験を食事へ繋げる

お昼の時間、クラスをのぞいてみると、野菜の栽培・収穫経験から苦手だった野菜を食べてみようという子が増えているようです。お残しも少し減っているように感じます。

お迎えの時間、サイネージの前で「今日お野菜食べたよ！」「大きなピーマンが採れたね！お家で頑張って食べてみようか」というような会話をしているのも聞こえてきました。

めぶき畑では冬野菜の準備を始めます。ねぎやほうれん草、きのこなど苦手な子が多い野菜を中心に育てていく予定です。野菜の栽培・収穫の経験から苦手な野菜が少しずつでも食べられたらいいなと思います。