



食育だより



いよいよ師走、1年の終わりの月となりました。12月はクリスマス会やおもちつき大会等、子ども達が楽しみにしている行事がいっぱいです。インフルエンザや胃腸風邪が流行しやすい季節なので“早寝、早起き、朝ごはん”で生活リズムを整え、健康な体作りをしましょう。

〇そば打ち体験（きりん組）〇

そばの打ち方を教わりました。そば粉に水を混ぜる所から始め、こね、伸ばし、切り、と自分たちで行う姿はそば職人さながらでした。職人さんに教わりながら楽しく進められました。自分で切ったそばは、太かったり細かったりしましたが、陶芸体験で作った自分のお茶碗に入れてもらい、美味しく食べました。



生地をこねました



生地を大きく伸ばしました



たくさんおかわりをしました

〇スイートポテト作り（きりん組）〇

ピーラーで皮をむいたり、包丁で切ったり、いもをマッシュしたりと、たくさんの手順がありましたが、一つ一つ丁寧に楽しく取り組み、おいしいスイートポテトができました。



皮を上手にむけるかな？



包丁を使って切ります



いただきまーす！！

〇やきいも大会〇

毎年恒例のやきいも大会がありました。りす組とうさぎ組は、きりん組に手伝ってもらい、いもを包む作業をしました。みんなおいしいやきいもが出来るように丁寧に包んでいました。自分たちで作ったやきいもは格別!!「おいしい」と喜んで食べていました。



おいもをきれいに洗いました



上手に包めるかな？



おいしくいただきました！！



〇11月のお誕生日メニュー〇



秋の栗プレート



11月生まれのお友だち