



# 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。

## ○そば打ち体験（きりん組）○

初めにそば粉を見た時は、「何これ？」「おそばは？」と不思議がっていましたが、そばを打っていくなかでそば粉がそばに変化していく様子を知り、感触を楽しみながらグループみんなで協力して一生懸命打ちました。完成したおそばは、陶芸体験で作ったお皿で食べました。たくさんおかわりし、大満足な様子でした。



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

## ○バター作り（ぱんだ組）○

ペットボトルに材料を入れ、力いっぱい振りました。中身が変化していく様子に気が付き、「固まってきた！」と喜んでいました。出来上がったバターはクラッカーにつけていただきました。自分たちで頑張って振って作ったバターは、なめらかな仕上がりで美味しくいただきました。



一生懸命振っています



出来たかな？



美味しくいただきました

## ○スイートポテト作り（きりん組）○

楽しみにしていたスイートポテト作りでした。さつまいもの皮をむいたり、切ったり、つぶしたり、混ぜたりとたくさんの工程がありましたが、お友達と順番を代わったり協力し合ったりして、クッキングを進めることが出来ました。出来立て熱々のスイートポテトを「おいしい！」と、とても嬉しそうに食べていました。



皮を上手にむけるかな？



包丁を使って切ります



蒸した芋を潰しています



成形しています



いただきまーす！！

## ○11月のお誕生会○



秋の栗プレート



11月生まれのお友だち