

食育だより 11月号



肌寒い日が増え、秋が駆け足で過ぎそうですね。これからは温かいものや冬野菜のおいしい季節♪給食でも体の温まるメニューをいろいろ取り入れています。寒い日には体を温める根菜類を食べ、睡眠を十分にとり、寒さに負けない体でこれから迎える寒い冬をのりきりしましょう！

旬の食材

11月にはれんこんとみかんが登場します。
まだ食べたことのないお子様はお家で食べてみてくださいね！

・・・絵本を通じて食育を・・・

読書の秋、子どもたちと一緒に絵本と食べものの出会いを体験してみたいでしょうか？絵本に出てくる食べもののイメージは、ワクワクとした気持ちとともに食べ物への関心を高めます。「食」は生きることの基本です。絵本の世界から、実際の心の中に深く「食」が刻まれてゆくことでしょう。

～食べ物を大切にする心が育まれる絵本～

★『やさいさん』 作：tupera tupera 定価：1045円 対象：赤ちゃんから
にんじんやじゃがいもなど、子どもたちの大好きなやさいがユーモアたっぷりにグラフィカルなイラストであたたかく描かれています。

★『しんでくれた』 詩：谷川俊太郎 絵：塚本やすし 定価：1430円 対象：2歳から
「うし しんでくれた そいではんばーぐになった ありがとう うし」。谷川俊太郎氏の詩が絵本になりました。心に深くとどく言葉と、力強い絵で「命をいただく」ことの意味を伝えます。



⚡⚡⚡災害用食材での給食⚡⚡⚡

10/12（火）調理室の冷蔵庫搬入の為、災害用食材での給食提供となりました。



- 【メニュー】
- ・焼き鳥缶の炊き込みご飯
 - ・お麩とわかめのすまし汁
 - ・みかん缶
 - ・お茶

