

子安保育園 食育だより

令和2年10月30日

子安保育園では、毎月19日に食育集会を開いています。食べ物の栄養素や食事のマナーなど子どもたちの食に興味・関心が持てるように様々な活動を行っています。また、年長児ゆり組が中心となり、野菜を育てました。今回はサツマイモの特集です。

待ちに待った、サツマイモの収穫！！

春にゆり組が畑に植えたサツマイモの収穫をしました。苗を植えてからは、ほとんど毎日畑に行って観察をした子どもたち。「葉っぱが増えた！」「どんどんツルが伸びてきたね」と発見がたくさんありました。10月に入り、いよいよ収穫の日…「せーの！」お友だちと力を合わせてサツマイモ掘りをしました。ツルを引っ張ってサツマイモを抜いたり、スコップで土を掘ったり、集中して、なんと1時間もサツマイモ掘りをしていました！

おイモ掘りがんばるぞー！

おー！！！！



獲れたサツマイモ
で作るのは…？



ゆり組クッキング～スイートポテト編～

7月の夏野菜カレーに引き続き、スイートポテトを作りました！給食室でゆでもらったサツマイモは「たくさんあって上手くできない」と言いながらもみんなで協力して一生懸命つぶしました。みんなで食べられるようにと給食先生が用意してくれた砂糖と豆乳を入れて混ぜたら、カップに入れて…おいしいスイートポテトの完成です！！

いいにおい～♡



おいしい！！
おかわりある！？



～給食室より～

旬を食べよう！！

秋も深まり、サツマイモの甘味が増す時期です。冬に向けて葉物野菜が収穫の時期を迎えます。日本の四季折々の新鮮な食材を、だし汁、みそ、しょうゆなどで調理し、和食を楽しんでみてはいかがでしょうか！

< 今年度の食育活動 >

食育の年間計画を立て、活動しています。10月までにこのような食育集会をしました！

- | | | | |
|-----|---------------------|------|--------|
| ○4月 | 給食室の紹介 | ○8月 | 夏野菜 |
| ○5月 | 3つの栄養素 | ○9月 | 色んなお魚 |
| ○6月 | 朝ごはん | ○10月 | 食事のマナー |
| ○7月 | シアター「べいなすくんときぬさやくん」 | | |