

三郷保育園 食育だより

令和2年 秋号



実りの秋！収穫の秋！食欲の秋！ウキウキ♡ワクワクしてしまう季節！！

今年も三郷保育園の畑では、沢山の野菜が収穫できました。夏にはじゃがいも・なす・きゅうり・ピーマン・トマト・かぼちゃ・ゴーヤ・・・給食で提供してもらい、みんなで楽しんでいただくことができました。

秋になり、さつまいもの収穫！！そして、もうすぐニンジンも収穫できそうです。収穫した野菜から、沢山のパワーをもらった子ども達は、心も体も大きく成長しています。

9月15日

大根の種まきをしました。畝を作り、種をまく場所にくぼみを作っておくと、子どもたちはそのくぼみに3粒の種を置いて優しく土をかけました。「大根の種って小さいんだね！！」と驚く子どもたち。みんなで「大きな大根になりますように！！」とおまじないをしました。今から収穫が楽しみです。



10月7日

春、畑に植えたさつまいもが生長。みんなでさつまいも掘りをしました。「うわあ～！大きなおいも～！！」「たくさんあったよ！」「とっても重たいね」など、土の中で大きなさつまいもを見つけたとき、喜びや感動がありました。



ぞう組、きりん組(4.5歳児)さつまいもクッキング ～さつまいも春巻きにチャレンジ！！～



5,芋を丸めて皮で包む！

さつまいもをマッシュして、春巻きの皮で包みました。オーブンで焼いてもらって、パリッ！ホクホク！の触感を存分に楽しみました。おいしかった～！色々な調理器具に初挑戦でしたが、とても楽しくクッキングできました。



1,皮をむく

2,芋を切る



3,芋をつぶす

4,ゴマを混ぜる



食育集会

毎月19日は、『食育の日』。保育園では、食育集会を行い、テーマに沿って取り組んでいます。今までの集会の様子を少し紹介します！！

『調理員さんの仕事紹介・給食ができるまで！』



『元気っず！バランスのよい食事は？』



『手洗いの大切さ！バイ菌バイバイ！』