

食育だより No. 8

2022年11月吉日 みなみひの保育園

秋の深まりとともに野山が赤や黄色に彩られる季節になりました。朝夕の寒暖差が大きくなり風邪をひいたり体調を崩しやすくなります。毎日の食事をバランスよく摂り風邪予防のための体力と免疫力をつけましょう。



芋掘りをしました！

秋が深まり畑のお芋の様子を気にする子どもも増えてきました。保育士が芋掘りの話をすると心待ちしている様子でした。

芋掘りの前に子ども達と簡単なさつまいくイズをすると、実際に出来た芋を見ながら一生懸命考えたり、正解すると嬉しそうにしたりしていました。

いよいよ芋掘り！ひまわり組は畑を、すみれ、たんぽぽ組は袋で育てた芋を掘りました。長い蔓を引っ張り紫色の芋が姿を見せると喜び、より力が入りました。ひまわり組の畑は最初はなかなか芋が出てこなくて苦戦しているようでしたが、一生懸命みんなで掘って大きい芋が現れると友達と見せ合ったり保育士に見せたりして大満足の子も達！園庭に出ていた乳児クラスの子も達も掘った芋を見たり、芋の蔓で遊んだりして芋掘りの雰囲気を楽しみました。

11月の焼き芋も今からとても楽しみにしている子ども達です。



今月のお誕生日メニュー

- | | |
|-------------|-------------|
| ・ 鮭ごはん | おやつ |
| ・ コーンの落とし揚げ | ・ 牛乳 |
| ・ ブロッコリーサラダ | ・ スイートポテト |
| ・ 豚汁 ・ みかん | ・ お麩のココアラスク |

