

2025年

11月

給食だより

認定こども園わんぱくはうす



今月の目標

感謝をしていただきましょう！



木々の葉も赤色や黄色に色づいて、紅葉の美しい季節になりました。

秋から冬へとバトンタッチするこの時季、1日の気温差が大きくなってきます。

かぜがはやる季節ですが、かぜに負けないためにも栄養バランスの良い食事を心がけましょう。

★食事のあいさつの意味★

「いただきます」「ごちそうさま」



何気なくしている食事のあいさつには、それぞれ意味があります。

「いただきます」には、

生き物の命をいただくという意味があり、

「ごちそうさま」には、

食材を育てる人や運ぶ人、調理する人など、様々な人の

「馳け走り」に感謝するという意味があります。

様々な食材には、いろいろな人の努力があります。

子どもたちに食事のあいさつの意味を伝えましょう。

○ 食育のお話

10月の食育のお話は、「和食とマナー」のお話をしました。食事のマナーは、楽しく食べるための決まり事です。しっかり守って、楽しい食事にしましょう♪



そして、11(いい)2(にほん)4(しょく)の語呂合わせから、11月24日は「和食の日」です。食の多様化や米の消費量の減少から和食の存在感が薄れつつあるといわれています。子どものうちから和食を食べる機会を増やして、和食文化を大切にしましょう！



○今月のげんきぐみ クッキング

11月11日(火)

大村寿司を作ります！

【持ってくるもの】

エプロン・三角巾・マスク



○ スイートポテト

げんき組のみんなでスイートポテト作りをしました。蒸したさつま芋をつぶし、砂糖・バター・牛乳を加え混ぜ、容器に詰める作業を行いました。

みんなきれいに容器に詰めようと頑張っていました！

おやつに美味しくいただきました♪

