

きゅうしょくだより 10月号

日暮れの時間も早くなり、風や日差しも秋らしくなってきました。この時期は活動量や食欲が増す時期になります。子どもたちも心身共に大きく成長する時期でもあります。そして、食べ物が美味しく感じられる季節でもあり、秋の味覚と共にいろいろな食材を食べましょう。

★給食の様子★

園で育ったたくさんのすいかに触れたり、匂いを嗅いだりしながら、子どもたちと一緒に観察を行いました。「うわー！！種がいっぱい！」「すごく重たい！」など新しい発見がたくさん見られ興味津々な子どもたち。お店で売られているすいかに負けないくらいの甘さで、子どもたちも「おかわりはないのかな～？」と給食室を覗き込む様子も見えました。次は何が収穫できるかな？給食室職員もたのしみです。以上児さん暑い中草むしりや水やりをしてくれてありがとう♡



★8月残食量★

・うさぎ組 8230g/484g
・くま組 16930g/995g
・らいおん組 5400g/317g

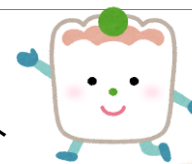
・りす組 7280g/428g
・きりん組 17190g/1011g

子ども茶碗1杯
100gです。



★新メニュー★ 【揚げシュウマイ】

お肉に味がしっかりとついていて、外のカリカリな皮と相性抜群！！子どもたちからも「美味しかった」という嬉しい一言をもらいました。
来月の新メニューもお楽しみに♡



10月の新メニュー

主菜:おろし竜田チキン

おやつ:チーズ餃子

★柿を食べると医者いらず！？★

秋の果物の代表の一つである柿。「柿が赤くなれば医者が青くなる」ということわざがあるように、柿にはビタミンCが豊富に含まれていて肌によく、また免疫力を高めてくれるため風邪の予防やストレスを緩和してくれる作用があります。そのまま食べるだけでなく、なます、サラダ、和え物にもおすすめです。スティック状に切ってあげると、子どもも食べやすくなります。



★9月給食委員会★



- ・好き嫌いも少しずつ出てきているため、無理せず子どもたちのペースに合わせて食事を行っていかれたらと思います。(ひよこ組)
- ・食具を使わずに手で食べようとする子もいるが、利き手側に置くことで持って口に運ぶ姿も多く見られている。(うさぎ組)
- ・少しずつ、食具の持ち方にも興味を持ち自ら持ってみようとする姿が見られるようになった。(りす組)
- ・おかわりの給食がなくなるほど楽しみながら食べている。(くま組)
- ・自分のペースで食べ進められた時には、達成感を感じる表情も見られます。(きりん組)
- ・給食を食べる時間への意識ができてきている。(らいおん組)