

給食だより

平成23年1月1日 会津報徳保育園

あけまして
おめでとうございます

今年も子ども達が、元気で健康に過ごせるよう、栄養満点で美味しい給食を作っていきたいと思っています。

また、今年も色々な食体験を通して、子ども達に「食」に関心を持ってもらえるよう、楽しく活動していきたいと思っています。

給食に関するご意見、ご質問等がありましたら、お気軽に声をかけて下さい。今年も宜しくお願い致します。

1月7日は・・・「七草」または、「7日正月」「七草の祝い」

♪七草粥を食べましょう♪

年末年始で食べ過ぎ、飲み過ぎで弱った体(胃)をいたわいましょう。七草には、利尿・解毒などの薬効があります。また、厄よけの意味もあるそうです。

七草も最近では、スーパーなどで市販されているので手軽に作れます。ぜひ1月7日はご家庭で七草粥を作ってみてはいかがでしょうか。

朝食を食べてきましょう

☆1月28日からさくら組のスキー教室が始まります☆

普段と違う寒い冬山での活動になります。朝食をしっかり食べてこないと、体力がもちません。朝食をしっかり食べて、体を温め、スキーに望みましょう！！

*たんぽぽ、もも、うめ、すみれ組のお友達もしっかり朝食を食べましょう。

食器を大切に

和食には様々な色や形、素材から作られた食器が使われています。子どもにも色々な食器に触れる機会をつくりたいものです。

食器から食文化の奥深さを学べますし、物を大切に扱う心も育まれます。

お正月には、ご家庭で色々な料理を作られると思います。普段、食器棚の中に眠っている食器を出して使ってみてください。また、普段食べている料理も食器を変えただけで一味変わるかもしれません。

今月の目標
郷土料理を
知ろう

今月の予定
10日 成人の日
14日 だんごさし
21日 お誕生会

食育活動

12月17日 おにぎり作り(さくら・たんぽぽ・もも)

4月から始まったおにぎり作り。4月の頃は先生やお友達の手を借っていた子も今では、自分一人でおにぎりが作れるようになっています。皆とても上手です。ご家庭でも体験させてみて下さい。

12月24日 さくら組:手作りクリスマスケーキの

デコレーション

フルーツはもちろん、チョコスプレー、たけのこの山、アポロ、マーブルチョコなどお菓子も使って、ハート型のスポンジにグループごとにデコレーションしたのですが、どのグループも個性が出ていました。まるで、おとぎ話に出てきそうなケーキばかりでした。

それぞれに協力し合い、とても楽しそうでした。食べるのがもったいないくらいでした・・・。