



# 給食だより

平成28年12月1日 会津報徳保育園



朝夕の寒さが厳しくなってきました。かぜ等もひきやすい季節です。

今月の給食目標にもあるように、“病気に負けない体”を作りたいものですね。そのためにも、体を温める効果のある、根菜類やビタミンたっぷりの葉野菜、免疫力を高めてくれるきのこ類などでかぜを予防しましょう。



## 今月の予定

- 9日 お誕生会
- 17日 保育発表会
- 21日 冬至
- 22日 クリスマスケーキのデコレーション(さくら・たんぽぽ)
- 23日 天皇誕生日
- 24日 クリスマス会



**今月の目標**  
病気に負けない  
体をつくろう

## 食育活動♪

8日 りんご狩り(さくら組)



面川のりんご畑に、りんご狩りに出かけました。大きなりんごが沢山ありました。お友達よりも赤くて大きなりんごを見つけようと皆、一生懸命でした。

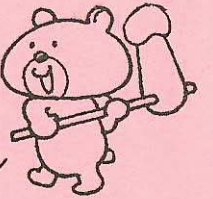
## 19日 もちつき大会(全園児)

1年を無事に過ごせた事と新米が出来たことに感謝して餅つきを行いました。

さくら組は、重い杵を一生懸命振り上げ、「美味しい餅になれ！！」と言いながら餅つきをしていました。今年もやわらかくて美味しいお餅が出来ました。

あんこ、きな粉、納豆、汁餅で頂きました。おかわりも沢山していました。

ぞう、ひよこ、すみれのお友達は餅つきの様子を見て、お蒸かしを頂きました。



～お手伝いをして下さった保護者の皆様  
お忙しい中、ありがとうございました～



## 冬至の話

「冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかない」と聞いたことありませんか。野菜の少ない冬、保存のきくかぼちゃを食べて栄養を補い、健やかに過ごそうと古来の知恵です。

給食でも、21日“冬至かぼちゃ”がでます。保育園の冬至かぼちゃは、かぼちゃ、さつまいも、こしあんが入っています。甘くて、美味しいですよ。

