

# 11月給食だよ!

平成26年11月1日 発行

大戸報徳保育園

第 8 号

葉っぱが赤や黄色に染まり、ずいぶん寒さが増してきました。寒くなってくると、体力も低下してきて、風邪をひきやすくなります。秋から冬にかけてのこの時期は、魚類や果物など豊富に出回っていますので、たんぱく質とビタミン類をバランス良く摂るように心がけ、寒さに負けない体づくりをしましょう。

## 今月の目標

苦手なものも  
頑張ってみよう

## お餅つきをしました♪

「ぺったんこ、それぺったんこ〜!!」という元気なかけ声に合わせて、お餅つきを楽しみました。出来上がったお餅は、好みの味をたくさんおかわりして食べていました。



◎お手伝いにご協力いただき、ありがとうございました。