

8月 給食だより

平成29年8月1日 発行
面川報徳保育園
分園大戸報徳保育園

夏本番となりました。暑さに負けず元気にのりきりしましょう。
夏野菜とは、夏に旬を迎える野菜のことをいい、ピーマン、きゅうり、とうもろこし、トマト、かぼちゃなどがあります。
旬の野菜はとても美味しく、栄養価もあります。
また、たくさん収穫でき、価格も手頃になります。
今が旬の夏野菜をたくさん食べましょう。



夏野菜に親しみましょう

子どもが食べ物に興味を持ち、食べてみたいと思えることは、将来、食の世界を広げることに繋がります。

さまざまな感覚を使ってじっくりと観察し、親子で話題にしてみてください。

見る.....それぞれの色や形、大きさなどをよく見てみましょう。

香りをかぐ...香りをかぎ、食べ物を見ないで、何の食べ物かを当ててみましょう。

触る.....表面の感触やかたさ、重さなどを確かめてみましょう。

聞く.....シャキシャキ、サクサクなど、食べた時の音を聞いてみましょう。

味わう.....「あまい」「すっぱい」など、いろいろな味を楽しみましょう。



保育園でも
夏野菜に
ふれています

