

給食だより

2023年12月



師走の足音が近づき始め、今年も足早に過ぎようとしています。楽しいイベントがある一方で、インフルエンザなどの感染症が流行りやすい時期でもあります。栄養と休養を十分とりながら、楽しい年末・年始を迎えられるようにしましょう。



今月が旬の食材

～冬野菜の代表をそろえてみました～

★だいこん★

大きな根をもつところから、昔は「おおね」と呼ばれていました。クビに近いところにはビタミンCと食物繊維が豊富です。



★にんじん★

もともとは朝鮮人参のことを指していました。根の部分が枝分かれしている姿が、人の形に見える所からこの名がつけました。

★はくさい★

軸の部分が白い事から「白菜」と呼ばれるようになりました。ビタミンCとビタミンKが豊富です。



さんいく保育園清澄白河

クリスマスはキリスト様の誕生日？

「クリスマス」という言葉は「キリスト(christ)とミサ(mas)が合わさった言葉です。毎年12月25日をキリストの降誕日としてお祝いされています。フランスでは「ノエル」とも呼ばれています。

実際には、キリスト様の誕生日ははっきりとは分からないようで、当時、冬至のお祝いの日をキリスト様の誕生日とすることで、祝福の気持ちを高めたともいわれています。

☆保育園では12月22日にクリスマスメニューを提供します☆



食育の風景

🍷収穫感謝祭

保育園に美味しいお米を提供してくれている亀田商店さんが、お米ができるまでのお話をしてくださいました。自分たちが口にしている食べ物がどのように出来てどうやって運ばれているかを知る貴重な経験となりました。稲穂をみんなで持ち帰ることもでき、収穫の恵みに感謝することができました。

🍱おにぎり作り(ひつじ組)

エプロンを付け、先生のお話をしっかりと聞く子どもたち。おにぎりを握る作業でも、騒ぐどころか集中して一生懸命に握っていました。出来上がったのは、世界に一つだけのオリジナルおにぎり！味は文句なしに「最高！」だったようです。

来年も宜しく願い致します。

今年も子どもたちの栄養と健康について、家庭内でもご協力いただきありがとうございました。4月に食べる量が少なかったり、苦手な食材が多かった子どもたちも、日を追うごとにどんどん食べられるようになってきています。来年も引き続き、子どもたちの栄養と健康の手助けになるよう努めます。よろしくお祈りいたします。

