



給食だより

令和6年12月1日
あいあい鳳保育園

日に日に寒さも厳しくなり、今年も最後の月となりました。これから風邪にかかりやすくなる季節となりますので、ビタミンやミネラルを多く含む大根やれんこんなどの冬野菜を食べ、体を温めて元気に冬を過ごしましょう。

12月はクリスマス会や餅つき大会など楽しい行事が続きます。幼児棟の子どもたちは、先生と一緒に杵で餅をつき、餅を丸める体験をします。ついたお餅をおやつに提供しますので楽しみにしてください。



11月の食育

ぞう組とらいおん組は、園で育てたお米「あいあい米」と夏からみんなで作った梅干しの「うめぼしマン」と「うめかちゃん」を使ってお弁当づくりをしました。炊き立ての新米のにおいをかいでもらうと「めっちゃいい匂い！」や「うちのにおいがする」「早く作りたい！」など楽しみでワクワクな様子でした。おにぎりを握る説明では、「ご飯の中に梅干しを入れてぎゅっぎゅっと握っておにぎりにしてね」と伝えると、きれいな三角おにぎりやまん丸のおにぎり、四角に握ったり、自分たちで工夫し楽しみながら握ってくれていました。お弁当に詰めるのを待たずに、パクっとひと口食べてしまう愛嬌のある様子も見ることができました。

乳児棟では初めてひよこ組も一緒にあいあい畑に行きました。子どもたちは「いついくの？」とさつまいも掘りをすごく楽しみにしていました。みんなで「よいしょ！よいしょ！」と頑張っ引いたさつまいもを嬉しそうに見せてくれました。ひよこ組は蒸かしいも、ねこ組うさぎ組にはフライドポテトにして提供しました。甘いさつまいもは美味しかったようで大人気でした。畑で実ったみかんもみんなでいただきました。

幼児棟では焼きいも大会をしました。自分たちでアルミホイルを包むお手伝いをしてもらいました。煙たかない場所から順番に入れてもらいじっくりと時間をかけて焼きました。「早く焼きいも食べたい」と楽しみにおやつの時間を待っていました。自分たちで収穫したり、育てたりする事で格別な味になるようです。

今月の旬の食材

かぶ…9. 10. 17. 26日	白菜…2. 3. 9. 12. 26. 日
大根…4. 13. 19. 25日	ほうれん草…2. 5. 25. 26日
れんこん…6. 18. 19日	ブロッコリー…13. 18. 20日
さつまいも…16. 18日	小松菜…9日
里芋…19. 26日	みかん…4. 24. 27日
ゆず…25日	



クリスマス会

クリスマス会のメニューは、ロールパン・ポテトのミートソース焼き・コーンスープ・いちごです。

おやつの今年のクリスマスケーキはツリーに見立てたカップが初めて登場します。ケーキにカラースプレーのトッピングを子供たちに自分でしてもらいます。楽しみにしてください。

12月の平均栄養価(幼児食 昼食・おやつ)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
基準値	590	19~29	13~20
当園見込み	606	22.6	18.5