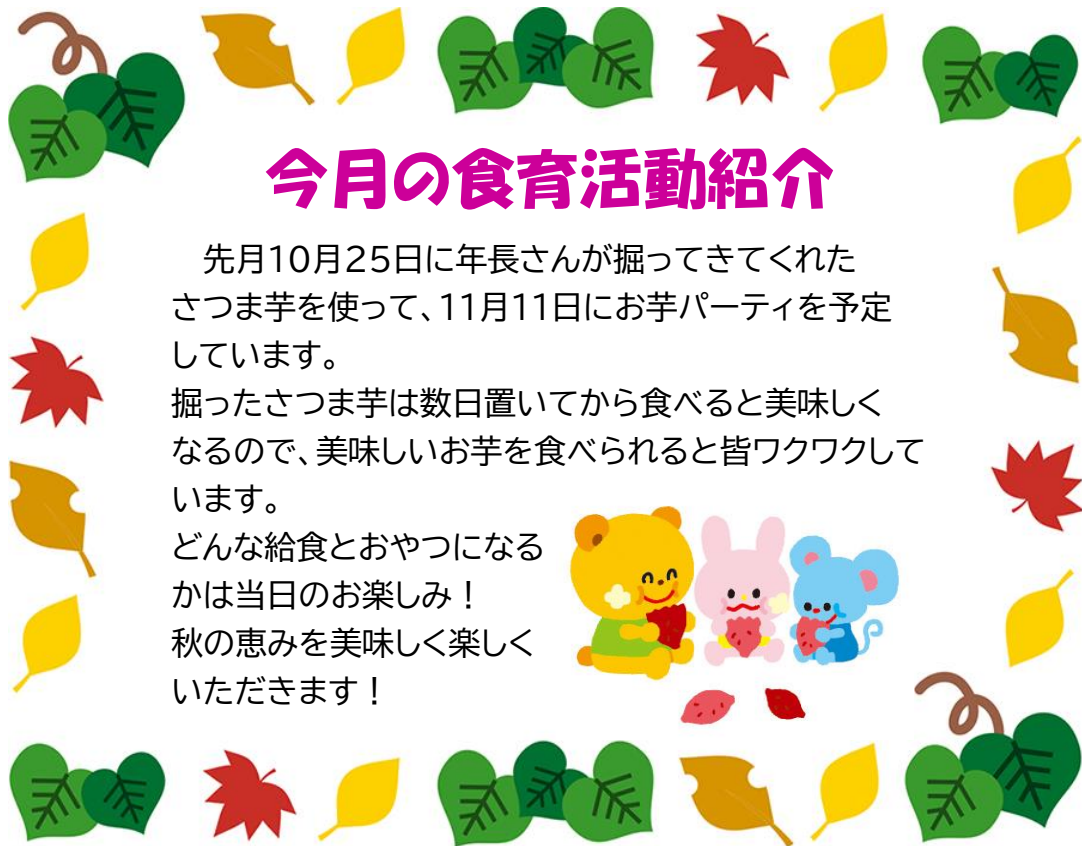




給食だより

朝晩は冷え込むようになり、秋も深まってきました。
鮭など旬の魚には脂がたっぷり乗っていて身体を温め、
芋類は元気に活動するためのエネルギー源となります。
皆で秋の収穫物に感謝をしながら美味しく味わい、
健康的に過ごしましょう。



今月の食育活動紹介

先月10月25日に年長さんが掘ってきてくれた
さつまいもを使って、11月11日にお芋パーティを予定
しています。
掘ったさつまいもは数日置いてから食べると美味しく
なるので、美味しいお芋を食べられると皆ワクワクして
います。
どんな給食とおやつになる
かは当日のお楽しみ！
秋の恵みを美味しく楽しく
いただきます！



七五三の千歳飴

千歳飴は、七五三の祝い菓子として親しまれています。
「千歳」には「長い年月」の意味があり、長い飴には
「細く長く健康で長生きできるように」という願いが
込められています。

千歳飴の袋には、「松竹梅」や
「鶴亀」の縁起ものが描かれて
います。子どもたちが、
元気にすくすく成長して
いくことを願いたいですね。



子どもと一緒に 食べもののクイズ

Q. 昔の人はどうやって
どんぐりを食べていたでしょう？

- ① ケーキ ② クッキー ③ 団子

A. 正解は②。縄文時代にどんぐりは
人間の主食で、どんぐりの実の粉に
卵などを混ぜてクッキー状にした
もの(縄文クッキー)が食べられて
いたのではないかとわれています。

