

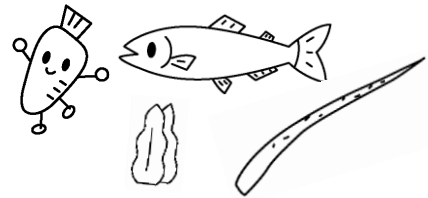
🍁 食事の時間を楽しみましょう！ 🍁

だんだんと涼しくなり、帯広でも秋を感じられるようになりました。秋といえば、食欲の秋・収穫の秋です。旬の食べ物をおいしく食べ、食事の時間を楽しみましょう。保育所では畑でできた野菜の収穫やクッキングなどをしており、子どもたちも楽しく参加しています。



○食材にふれてみましょう○

子どもは出来上がった料理しか見ていないことが多く、野菜や魚そのものの形や手ざわり、においなど意外と知らないものです。買い物と一緒にいき、実際に見せてあげる事もいい経験になります。



おいしいよ!



○お手伝いにチャレンジ○

自分がお手伝いをしてできた料理は、自然と愛着がわきます。お手伝いに興味が出てきたら、味見をしてもらう、キャベツを手でちぎる、食卓にお箸を並べる等、できることから始めてみましょう。

○みんなで一緒に食べましょう○

隣で一緒に食べている人が「おいしいね」と笑顔でいることが子どもにとって一番のごちそうです。



ふるさと給食があります♪

8月から『ふるさと給食の日』を設けて、地元産の食材を使用した献立を提供しています。

秋を迎え、作物の収穫も最盛期となっていますので、子どもたちに美味しい食材を味わってほしいと思います。

<10月のふるさと給食>

- 呉汁・・・ゆでた大豆をつぶして、呉たくさん味噌汁に加えました。野菜もたっぷり入っているので、1つの料理で栄養がたくさんとれます!
- なめたけご飯
- 鶏肉磯辺天ぷら
- 南瓜ベーコン煮
- 果物

