



食育だより

夏に比べるとずいぶん日が短くなり季節はすっかり秋です。10月から11月にかけて『秋』は『スポーツの秋』『収穫の秋』『食欲の秋』と言われます。

子どもたちの体力も伸びる時期です。そのためにもしっかりと食べ、楽しい経験を通して健康な体作りをはぐくんでいきましょう。

◎バター作り◎

ふれあい牧場見学に関連つけて、バター作りをしました。材料がペットボトルと生クリームだけということに子どもたちはとても驚いていました。音楽に合わせて楽しくペットボトルを振り、「だんだん音が変わってきた!」「なんか固まってきたで!」など、変化を楽しみながらバターを作ることができました。出来上がったバターはケーキにたっぷりつけて、美味しく食べました。



一生懸命振っています



いっぱい振っています



固まってきました



バターになってきました



おいしくいただきます



おかわりもしました



9月うまれのおともだち



五目炊き込みご飯ランチ