

食育だより



5月は前半肌寒い日もあれば、後半になると蒸し暑い日も増え、春と夏の間を感じるような月でした。蒸し暑い日にはどうしても食欲が湧かないこともありますが、これからくる夏に向けて体力をつけるためにもきちんと食べて、しっかりと咀嚼し、健康に元気に過ごしていきたいでしょう。

◎夏野菜の苗植え◎

畑に穴を掘り、苗を入れて夏野菜の苗を植えました。「トマトの赤ちゃん大きくなるかな？」「お水いっぱい飲んでね！」など、それぞれのクラスが収穫や成長を楽しみにしながら植えることが出来ました。



きりん組：なすび



ぱんだ組：きゅうり



こあら組：ピーマン



うさぎ組：ミニトマト

◎豆腐団子づくり◎

豆腐団子作りをしました。白玉粉と豆腐を混ぜた生地を上手に丸めていました。

熱湯に入れる時は慎重にお玉を入れて茹で上がるのを楽しみに待っていました。「あついね～」

「色が変わったね」と話しながら自分で作ったお団子ができあがるのを待ち、おやつ時間にきな粉をつけ、たくさん食べていました。



生地を丸めているところ



生地を茹でているところ



美味しく食べました

◎えんどう豆のさやむき◎

りす組・うさぎ組・こあら組でえんどう豆のさやむきをしました。始めはさやをつまんでひっぱってと苦戦していました。むき方が分かると楽しそうに、お友だちと競争するようにむいていました。むいた豆は、お誕生会の給食に使ってもらい、嬉しそうに食べていました。



さやをむいているところ



たくさんむきました

★5月のお誕生会★



豆ごはんランチ



5月生まれのおともだち