



給食たより

広徳保育園
2022年1月4日

あけましておめでとうございます。みなさん楽しいお正月を過ごされたことと思いますが、年末年始でのごちそうをたくさん食べ過ぎて、体調を崩してはいませんか？保育園や学校、仕事等が始まり、規則正しい生活とともに、食事のリズムも整えていきましょう。

お正月の行事食「おせち料理」をはじめ、いろいろな行事食に興味や関心を寄せ、その意味の深さを知り、食に託された心を学んでいくスタートにできたらいいですね。



楽しかったもちつき

先月、もちつきを行いました。ゆり組がもちをつき、その様子をほかのクラスの子ども達が応援していました。「よいしょ、よいしょ、がんばーれ」楽しそうな声が聞こえてきました。職員が丸めたおもちを見て「おいしそう！」「やわらかい？」などつきたてのおもちに興味津々でした。また、全園児が蒸したてのおこわを食べました。「おもちの味がする！」と言う子どもが多い中、「あまい」と言う声もあり、子どもの味覚の鋭さに驚かされました。3才以上児は黄粉もちも試食し大満足のもちつきでした。食の行事を通して食べ物のことを知らせていこうと思います。



1月7日は七草の日です

年末年始に食べ過ぎた胃の調子を整えるためや厄よけのために、春の七草であるセリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ(かぶ)・



スズシロ(大根)が入った「七草がゆ」を食べます。保育園では、ほうれん草・大根・白菜・にんじん・水菜などが入った「かわり七草がゆ」を食べます。

こころ温まる言葉

寒い日の給食の時間、春雨のすまし汁を飲んだ園児が「汁が温かいけほっこりするね」と言ったそうです。とっても可愛い言葉に、聞いた私たちも幸せな気分になりました。

