

11月給食だより



朝夕の肌寒さが増し、歴のうえでは冬が始まる立冬、いよいよ寒くなっていく時期です。季節の変わり目、体を温めてくれる根菜類、ビタミンたっぷりの葉野菜、免疫力を高めてくれるキノコ類など、旬のものをいただき、かぜなどひかないように過ごしたいですね。

クラスで給食の配膳をしていると…
野菜はどこにあるの？

「野菜は毎朝、八百屋さんに届けてもらうんだよ」

この汁、何が入ってるの？

「キャベツだよ」

昨日の汁と似てるね

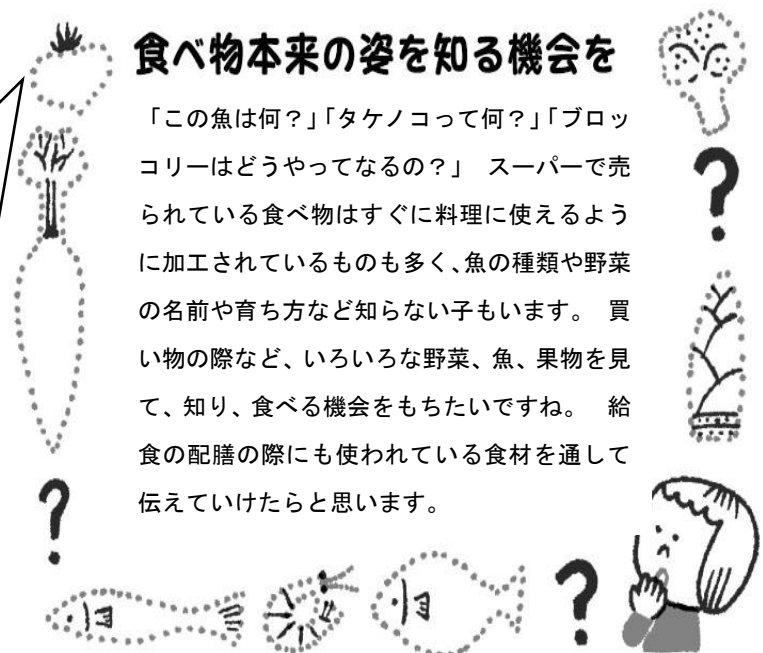
「昨日は白菜のスープだったね」

給食に使われる食材に興味を示して、質問してくれる姿がうれしいです。



食べ物本来の姿を知る機会を

「この魚は何？」「タケノコって何？」「ブロッコリーはどうやってなるの？」 スーパーで売られている食べ物はすぐに料理に使えるように加工されているものも多く、魚の種類や野菜の名前や育ち方など知らない子もいます。買い物の際など、いろいろな野菜、魚、果物を見て、知り、食べる機会をもちたいですね。給食の配膳の際にも使われている食材を通して伝えていけたらと思います。



味覚を育み、かむ力をつける



「モグモグして」「カミカミして」と言っても、実際にどうするのかわからない子もいます。子供自身の手で奥歯をさわらせて「ここでカミカミするよ」と伝え、「かんだらどんな音がする？」「かんだらどんな味がしてきた？」などと、自分がしっかりかむことで感じる感覚を言葉にして、食べ物をかむ大切さを覚えてもらいたいです。

