



Smiley farm 😊



令和7年10月1日
すまいりい保育園

朝夕の秋風が気持ちの良い季節になりました。暑い日乗り越えた子ども達はさらに強くなったと思います。

夏が終わると食欲の秋です♪子ども達には旬のものをたくさん食べてほしいと思います！

7月から9月にかけて、夏野菜を使った食育をたくさん行いました。トウモロコシや玉ねぎの皮むき、枝豆むきにスイカ割り、初めて触るそうめん瓜は驚きでした！



園で作ったミニトマト、ピーマン、オクラ、ぶどうをたくさん収穫しました。採ったものをその日のお給食で出すと、「保育園のトマトだよ。」「にじ組さんが採ったオクラだよ。」と、会話が弾み、子ども達は嬉しそうでした。苦手なお野菜でも自分達で採ったものは、頑張っ

て食べることができました 🍀



栄養バランスの取れた食事を意識するための合言葉です！お料理に足りないものを少しプラスするだけで手軽に実践できます。みそ汁にわかめ、炒め物にきのこ、和え物にごまを入れるなど、『まごわやさしい』の食材を使った料理を取り入れてみましょう！