

11月給食だより

令和7年 11 月 篠岡保育園 給食室

冷たい風に冬の気配を感じるようになりました。
気温差が大きい時期ですので、栄養たっぷりの旬の食材を取り入れ、子どもたちが食べることを楽しめる給食づくりを心がけていきます。

「よく噛んで食べることは、健康のためにとても大切です」

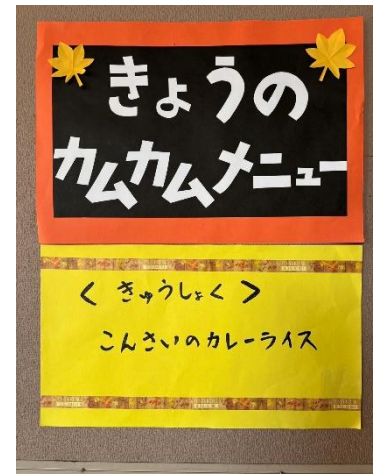
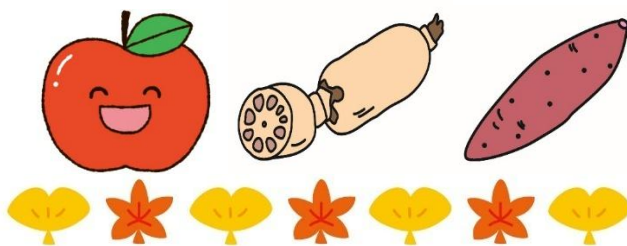
しっかり噛むと消化がよくなり、虫歯予防や食べすぎ防止にもつながります。
毎日の食事をゆっくり、よく噛んで食べましょう。



【食育】 11月はカムカム月間

11月は給食やおやつに、れんこん、ごぼう、さつまいも、きのこ、りんごなど、しっかり噛んで食べるメニューを取り入れて提供しました。

子どもたちにもよく噛んで食べてもらえるように、その日のメニューを掲示板に貼ってお知らせしました。



《 11月のカムカムメニュー 》一例

給食

11/6 秋野菜のきんぴら
11/10 ごぼうサラダ
11/20 根菜のカレーライス
11/25 まいたけご飯

おやつ

11/11 りんご
11/18 野菜チップス
(さつまいも・れんこん)
11/26 発芽玄米入りおにぎり

