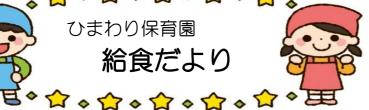


# 

ひまわり保育園

# 給食だより



令和5年11月 栄養十





10月31日はハロウィンの給食でした。オバケのキーマカレーと紫キャベツの サラダでカラフルな彩りにして、ハロウィンを楽しめる献立にしました。 おやつは、可愛いかぼちゃのババロアとチーズでした!

木々が色づき、その葉を揺らす風が冷たく感じるようになりました。さて、 11月24日は和食の日です。和食の良さを見直すと共に、栄養バランスに 優れた食事である和食を取り入れた食事をしっかりとって体力をつけ、 風邪をひかない体をつくりましょう。



### 11月24日は『和食の日』

日本には、正月などの年中行事や、誕生や成人などの記念日に 食べる特別な料理が あります。これを行事食といい、それぞれ健康や長寿などの願いが込められています。 2013年の12月、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録され、それを受けて 11月24日を"いい日本食"のごろ合わせから『和食の日』として、

「伝統的な食文化を見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日」 と指定されました。

園では和食の日の取り組みとして、11月24日に和食の献立を提供いたします。 10月27日は十三夜のお月見メニューでした。月見うどんにうさぎの

うさぎ尽くしの献立でした。 おやつは、うさぎをかたどったジャムサンドを提供しました。

かまぼこを乗せて、うさぎのハンバーグにうさぎさんのヨーグルトと、

🛸 \* \* \* 🛸 \* \* \* 👺 \* \* \* 👺 \* \* \* 👺 \* \* \* \* 🏂 \* \* \* \*





星組さんはピーマンのスタンプをしました! ピーマンの形が写って「わぁ!」と興味深々の様子でした。







# 今月の二十四節気

#### 【立冬】 りっとう:11月7日

この日から立春の前日までが暦の上では冬となります。木枯らしが吹き、 冬の訪れを感じる頃。太陽の光が弱まって日も短くなり、木立ちの冬枯れが 目立つようになります。木枯らしが吹くのは、冬型の気圧配置になった証拠です。



太陽組さんは、ケーキのデコレーションをしました! とっても真剣に行う姿が見られました! 自分好みのケーキになって大満足の様子でしたよる



木々の葉が落ち、山には初雪が舞い始める頃です。「小雪」とは、冬とは言え まだ雪はさほど多くないという意味で、冬の入口にあたります。





