



おがやの里 しもだ保育園

ランチルームだより

秋号

～ 食べることは、生きること。楽しく食べて、心も体も元気に！～

日が暮れるのが早くなり、秋の深まりを感じる頃となりました。
実りの秋は、旬のおいしい食べ物がたくさん！自然の恵みに感謝しながら、
子どもたちと一緒に「食べることの楽しさ」を感じていきたいと思います。



新米の季節がやってきた！

おがやの里 しもだ保育園では毎年、
近所の農家さんから届く新米を、
給食で味わっています。
園の周りには田んぼが広がっており、
子どもたちにとっても身近な存在です。
大きいクラスでは「バケツ稲」という名前で、
バケツで稲作を行い、近々収穫する予定です。
自分たちで育てたお米が食べられる日を
楽しみにしながら、毎日のごはんを
味わってきたいと思います。



農家さんから
届く新米を、
給食で味わって
います！



稲穂が実り、
いよいよ収穫の
時期が近づいて
います！



あきのおいしい！み～つけた♪



さつまいも



きのこ



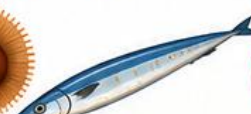
かぼちゃ



柿



栗



さんま



りんご

どれが
すきかな？



秋は、実りの恵みがいっぱい！ 旬の食べ物には、おいしさだけでなく、
子どもたちの体を元気にする栄養がたくさんつまっています。いろいろな秋の味覚を、給食で取り入れていきます。

秋のおすすめメニュー

おいしい秋を
みんなで味わおう！



旬の食材を使ったメニューで、
季節を感じる給食を楽しみます。
さつまいもごはん、きのこ汁、
かぼちゃの煮物、さんまの塩焼きなど…
秋の味覚を子どもたちと
一緒に味わいましょう！



富士食品商事株式会社 栄養士

たくさん食べて
元気に大きくなってね！