

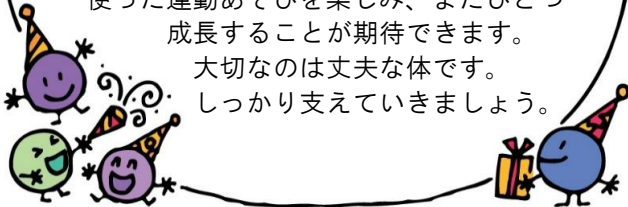
調理室だより 9月号

担当
日浦 加口 矢幡 渡邊



もうすぐ秋ですね

今年も猛暑日が続いた8月。9月に入り
少しずつ朝・夕は過ごしやすいように感じ
ます。「運動の秋」というようにこれから
気候が良くなるにつれ、子ども達は体
を使った運動あそびを楽しみ、またひとつ
成長することが期待できます。
大切なのは丈夫な体です。
しっかり支えていきましょう。



ぞら・にじクラス

パウンドケーキやクッキー
をかわいからずさんたちが
販売してくれました。



食事の様子

わかば



つぼみ



はな



ぞら



にじ



8月の誕生会

8月の誕生会はみんなの好きな**チキンカツ**をメインに彩りのある野菜も添え楽しく会食をしました。暑さにも負けずみんなしっかり食べてくれました。



メニュー

鶏そぼろご飯 チキンカツ
ミートボール パスタサラダ
ミニトマト サラダ菜
ワカメスープ
グレープゼリー



盆踊り

8月17日(月)
本堂仏参後、園庭で甘くて
冷たい**かき氷**を食べました。



味わう力の大切さ

多くの味の体験

食べ物の味を識別する感覚が**味覚**です。食べたもののおいしいかどうかを感じるのには今までに**蓄積された味覚の情報が多い**ことです。多いと新たに食べたものを「おいしい」と判断し少ないと「まずい」と判断しがちです。小さい頃から素材そのものの味を多く知ることが大事です。

実りの秋！味覚の秋！おいしいものがたくさん！
いろいろな味を知り好き嫌いをなくしましょう！



雰囲気も大切

「みんなで食べるとおいしい」というように誰かと一緒に食べたりいつもとは違った環境で食べる事も**おいしさを増す**ひとつです。声をかける事で食べる食材も増え、より心身の健康に繋がります。

子どもの頃から多くの食材は大切ですが**濃い味**は味覚を害したり肥満や虫歯の原因になるので**要注意**です！





