

ぐんぐん



幼保連携型認定こども園

令和7年9月号 中山保育園



日中は日差しの強さを感じる日もありますが、朝晩は涼しく過ごしやすくなりました。まだまだ残暑が続きそうですがお店では秋の食材や秋限定の商品が並び、味覚の秋を感じます。今月は献立にもさつまいもや栗、きのこ、梨など旬の食材を取り入れています。旬のものをおいしく食べて続く残暑を乗り切りましょう。



かみかみタイム 始めます

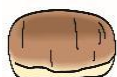


よく噛むことは、唾液の分泌により虫歯予防・消化を助ける・脳の働きを活性化させて集中力や記憶力をアップするなどいい効果が沢山あります。しかしながら子どもが食べやすいものを優先し、柔らかいものを多く与えがちです。園では給食に「かみかみサラダ」や「食べる煮干し」など噛むことを意識させるメニューも入っていますが、よく噛まないで飲み込めない「かつお」には苦戦している子が多いです。

そこで「よく噛むこと」の練習として、かみかみ昆布を1分間噛む「かみかみタイム」をきりん組で始めます！ご家庭でも食事の際よく噛んでいるか見てみてください。よく噛んでないときは「よく噛んで食べようね」など声掛けをお願いします。



1分間で何回噛めるかな？



みんな大好き！手作りパン



月に1回、午後のおやつに「手作りパン」を出しています。お昼の給食を出し終わって12時半頃からパンの生地を捏ね、発酵させて丸く成形し、具をのせて焼きます。14時過ぎには焼き立ての香りで給食室がパン屋さんになったようにいい香りで包まれます。

基本のパン生地に具を変えてこれまで色々なパンを登場させました。カレーをのせてカレーパン、ツナマヨをのせてツナマヨパン、ドーナツ型にして揚げたふわふわドーナツも人気です。8月は新たに以上児に刻んだ板チョコを生地に混ぜ込んだ「チョコチップパン」、未満児にいちごジャムをのせた「ジャムパン」を作りました。「おいしい♪」とパクパク食べる姿、手作りパンの日は毎回おかわり分も完食です！

9月はさつまいもを入れた「さつまいもパン」が出ます。いつもは丸く成形するパンですが、今回はちょっと形を変えて出そうと考えています。お楽しみに☆



コーンマヨパン



チョコチップパン



ドーナツ

どんな形かな
お楽しみに！



9/25 さつまいもパン