



8月 もぐもぐだより

調理員 小林・中村 R2. 8. 28

まだまだ蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは水分補給をしながら元気に過ごしています。そろそろ夏の疲れも出てくる頃です。体調管理に気を付けて、残りの夏も楽しい思い出を作りましょう！

<旬の食材を味わったよ！>

市内で新型コロナウイルス感染者が報告されたため、残念ながらひばり組さんの食育活動「とうもろこしの皮むき」はできませんでしたが、おやつに旬の甘いとうもろこしをみんなで味わいました😊
来年はリベンジ！年長さんになってから皮むきにチャレンジします。子どもたちの活躍を乞うご期待！



栄養満点！「とうもろこし」

炭水化物、ビタミンやミネラルを含み、食物繊維も豊富です。収穫直後が味もよく栄養価も高いのですが、すぐに鮮度が落ちてしまうので購入後は早めに食べるのがおすすめです。

ひげの数だけ粒があり、量が多いほど実が詰まっています。購入するときはひげが多く、皮の緑が濃いものを選びましょう！
ご家庭でも甘いとうもろこしを味わってみてください♪



☆ フライドポテトデリバリー・つばめ組 ☆

「じゃがいもたくさん採れました〜！」と元気に給食室に届けに来てくれたつばめ組さん！収穫したじゃがいもでリクエストのフライドポテトを作り、午後のおやつ時間に各クラスや先生のお部屋へデリバリーをしてくれました。つばめ組のおにいさんおねえさんありがとう♪みんなで美味しく食べたよ😊



たくさん採れたよ！



これからみんなのところへ届けま〜す！



夢中で食べていました！



ホクホクで美味しかったよ！

残りのじゃがいもは 20 日のカレーや 24 日のポテトもちなどにも使いました♪