



11月27日（金）

～今日の献立～

○さんまのかばやき

○柿なます

○みそ汁



☆給食の先生からのお話☆

今日の給食には、柿なますがあります。柿は今が一番おいしい時期です。給食の果物にも良く出ていますね。柿には、ビタミンCが多く含まれていて、風邪を予防してくれたり、元気な体を作ってくれる手助けをしてくれます。これから、寒くなって風邪を引きやすくなりますが、昨日のカリフラワーもそうですが、ビタミンCを多く含む食べ物をしっかり食べて風邪の予防をしていけるといいですね。また、今日の柿は奈良県からやってきました。岡山市でも多く柿は採れます。実は柿には千種類も種類があるようです。スーパーに行ったときなど、柿の種類にどんなものがあるのかをまた気にしてみてくださいね。



☆子どものつぶやき（反応）☆



子どもたちは、給食のどこに柿が入っているのかを見つけようと必死でした。お野菜の中に入ってる！と柿なますを見ては、口々に言っていました。今月の献立に、今日のメニューは、二回あり今日は二回目だったのですが、前はとて時間がかかっていましたが、今回はまたますますに終わっていました。



柿なます甘くて、おいしいよー！
お家でも作ってね。

