

食育だより

3色の食品群でお弁当を作ろう！

(第2弾)

2021年11月4日

第9号

ゆり・きく組

今日は9月の続きで「3色の食品群でお弁当を作ろう」をしました。

初めに復習としてお弁当の具材を3色の食品群に分けてもらいました。みんなたくさん手を挙げて答えてくれ、「エビフライのエビはどこにいる？」と聞くと「海にいてお魚の仲間だから赤のからだをつくる！」と答えてくれ、復習はばっちりでした。

いよいよお弁当作りに入ると、みんな同じ色の所にお弁当の具をはることができ、きくぐみさん・ゆりぐみさんで1つずつバランスの良いお弁当を作ることができました。今日のことをぜひ子どもたちとお話してみてください。またお家でお弁当を作る機会があれば、今日のことを参考にしてみてください！



給食室より