

食育 朝ごはんを食べよう・お魚の解体・お芋堀り

大谷保育所

9月11日 5歳児クラスで食育活動として、栄養士さんから『早寝早起き朝ごはん』についてのお話を聞いたり、お魚の解体を見学しました！



朝ご飯もバランス良く食べよう！



丸のままのサバは初めて見た！
お魚はえらを使って呼吸してるんだ！



しっぽを持ってみよう！



サバの三枚おろし

朝ご飯が一番大事な食事だということ、朝はバランスの良い食事をとることが大切なことを教えてもらいました！
お魚は、おなかの中に内臓があり血も出ることが分かりました。私たちは命をいただいているんだね！



給食はさばのみりん醤油焼き 🍷 おいしいね！



9月19日 5歳児クラスでさつまいも堀りをしました。土の中から出てきたお芋に「給食で食べてみたい！」との声が♪自分たちで育てて収穫するという経験が野菜の興味につながったようです！秋は何を育てようかな!?



むらさきで大きいのが取れた！

