



給食だより



令和7年 11月
上布田保育園 給食室

秋も深まり、みかんや柿の実が色づいてきました。園庭の畑で小さいさつま芋が掘れたり、実ったへちまを
タワシにしようとゆでて、洗って・・・と頑張ったり。秋ならではの経験を楽しんでいます。「食欲の秋」
「収穫の秋」を満喫したいですね！

10月8日に丸ごとのさんまを幼児クラスの子ども達に見てもらいました。

今年もきれいなさんまが来ました♡ 「もうしんでるの？」「いいにおい！」「なんかおなか
すいてきちゃった！」「めがきれい♡」「ちがでてる！」などなど。みんなの目がキラキラです。
目、くち、えら、ひれ、尾、おしりを確認して、血が少しにじんできた様子にドキドキしたり
興味しんしんでした。お昼には大根おろしやすだちも出して、食べたい子はお皿にのせてもらい
すだちもしぼって食べてみた子もいました。秋の味覚を堪能できてよかったです。



くちのいろは何色かな



大人の骨付きさんまに興味しんしん！



ピカピカだね！

～ポーノトリオ、楽しかったね～

以前お知らせしたように10月に3日間、幼児グループに三色栄養のおはなし（ポーノトリオ）を
しました。3日とも保育士体験のママ先生と一緒にペープサートができて、子ども達も大喜び♡
毎回ママ先生たちの完成度が高く、一緒に演じていてワクワク楽しかったです☺ また来年も
ぜひご参加くださいね。（給食に使う食材も、食材マグネットで分類しています）



11月14日（金）は遠足です♪

ばら組さん～さくら組さんは、お弁当のご用意をお願いします。今年度初めてのお弁当！
おかずはどんなものがいいか、お弁当箱は？量はどのくらい？などなど悩むことも多いか
もしれませんね。前日のおかずをちょっと多めに作るくらいで大丈夫！好きなものをメイ
ンに、少しいろどりを考えて・・・たくさん入ってなくても食べきれる量でじゅうぶんです。

丸ごとは窒息の危険も。カットすると安心！

卵焼きやゆで卵でも！



*手で食べられるものを♪

（まだ上手にフォークやお箸で食べることが
難しいので、つまんで食べられるものが食
べやすい。 主食もおにぎりや食パンのサン
ドイッチなど手で食べられるものもいいですね）

*あまり無理せず、頑張らずに♪

（家にあるもの、お子さんの好きなおかず中心
で大丈夫！全部食べたらびっかりんで嬉しい）

*量はいつもおうちで食べているくらいの量で♪

（小食のお子さんは、おかずの量を減らして、お弁当箱の中に
おにぎりを入れてもOK！逆にもっと食べられる子には、大
きめのおにぎりやお弁当箱にしてみましょう☺）

*フルーツはほどほどに♪

（お楽しみのデザートなので、みかん小さめ
1個、りんご1/4個程度で大丈夫！）



*お弁当袋は自分で開けられるものを♪

（やはり、「自分のことは自分で！」を大切
に。「自分でできた！」と思えるようなグ
ッズ選びも大切なポイントです☺）



～遠足の前にお弁当袋からお弁当箱を出して、ふたを開ける、お弁当袋

にしまう練習を一緒にできるといいですね♡～


