



1月 食育だより

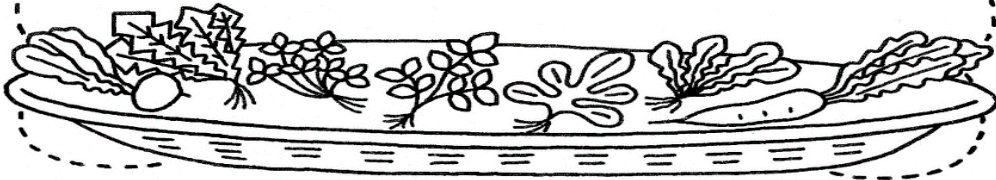
令和4年
12月27日

かぬき保育園

春の七草

お正月にたくさんおいしい物を食べて、おなかが疲れていませんか？ 7日は「七草がゆを食べる日」です。七草とは、セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ（カブ）・スズシロ（ダイコン）です。疲れたおなかにぴったりの七草がゆを食べて、おなかの調子を整えましょう。七草がゆを食べると、1年間病気をしないといわれています。

*七草の種類や風習は、地域によって違います。



クッキング（幼児のみ）

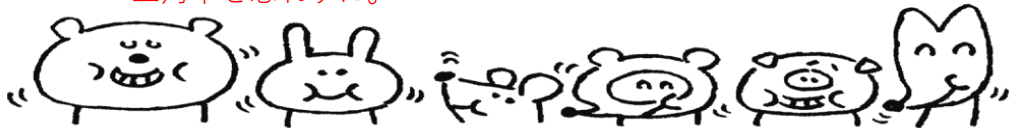
1月 24日（火）

ひじきのおにぎり

★エプロン三角巾を忘れずに
持ってきてください

★爪も必ず確認して長ければ
切ってきてください

※おにぎりクッキングはちゅうりっぷ組も行います。
三角巾を忘れずに。



みんなのうちの雑煮を教えてくださいね(〇つけてね)



Qおにくは？

とりにく・ぶたにく
いれないよ

Q入れる やさいは？

はくさい・にんじん・だいこん
ねぎ・そのた（ ）

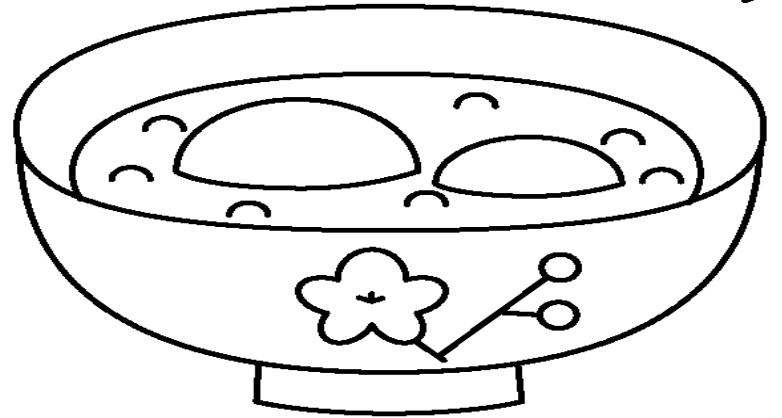
Qおもちのかたちは？

まる・しかく
そのた（ ）

Qあじつけは？

しょうゆ・みそ
そのた（ ）

これいれると おいしいよ など かくしあじなども おしえてね



元気に会えるのを楽しみにしています

2023年もどうぞよろしくおねがいたします。

※かいてくれたら げんかんのボックスに入れてね



