

たべもの通信

平成27年8月
発心保育園

時々雨が降るようになり、ちょっとは過ごしやすくなっています。
畑の野菜たちもきっと大喜びしていると思いますが・・・草たちも同じように喜び元気モリモリ成長しているようで畑もどこもかしこも凄いことになっています。

夏はやっぱり ソーめん流し！

暑い夏に恒例の「ソーめん流し大会」をおこないました。プールからそのままの格好で参加！



たんぽぽ組は、流れないソーめん流しだったけど大喜び次々口に運んでました。



流れてくるソーめんを箸ですくうのは、最初はなかなか難しそうでした。
慣れてくると口に入れては次に流れてくるソーめんを目で追いながら箸を動かしていました。
みんなお腹がはち切れんばかりに食べました。

美味しいスイカが豊作！

今年は、沢山のスイカが収穫できました。畑に行っては持ち帰り、
みんなでスイカ割り！ひまわり組は、お泊まりの日に発心公園の川で
冷やして食べました。スイカはこの食べ方が、子ども達には最高です！



旬の野菜をたべよう！

今ではどんな野菜もほぼ1年中で回っていますが、野菜には旬があります。
旬の野菜は、栄養価もよく、季節の体に適した性質を持っています。
夏場の食欲が落ちるこの時期、身体の熱を取り冷やしてくれる体に優しい食材
きゅうり、かぼちゃ、トマト、ピーマン、なす、とうがん等の旬の野菜からパワーを
もらって、毎日元気に過ごしましょう。