



## 調理室 第2弾

2026年1月15日

### 12/12(金) 旬の献立

#### 昼食

- ・米飯
- ・ぶり大根
- ・ほうれん草とひじきの  
ごま和え
- ・味噌汁
- ・ヨーグルト

#### おやつ

- ・りんごジャムサンド
- ・牛乳

### 【旬の食材】

ぶり、大根、白菜、人参、ほうれん草、ねぎ  
りんご



なずな組の子どもたちは、野菜に積極的に触ろうとする姿が多く見られるようになりました。また野菜の名前を言う子どももいました。

ふきのとう組の子どもたちは、昼食の中から旬の食材を探す姿が多く見られました。つくし組の子どもたちには、「白菜は葉の部分を食べ、大根は根の部分を食べるよ」と野菜の食べる部位を説明した後、「人参は葉の部分、根の部分どっちの部分を食べるかわかるかな？」などとクイズ形式にして子どもたちに考えてもらいました。

