



11月の食育だよ!

福岡ゆうゆう保育園
令和7年11月1日発行

和食について

11月24日(いいにほんしょく)は「和食の日」です。

「和食」は日本の自然や歴史から生まれ、私たちが昔から受け継いできた食の文化です。

栄養バランスがよく、健康的な食事で、家庭や地域のお祭りで食事を共にすることにより絆を強くする役割を果たしてきました。

和食の基本は「だし」です。「だし」とは、昆布やかつお節などを煮だした汁のことです。天然の素材からとっただしは、素材の味を引き出すだけでなく、料理にうま味を与えます。

ご家庭でも時間があるときは、天然だしを使った和食に挑戦してみましょう。

🎃 ハロウィンクッキー作りをしました 🎃



みんなとっても
上手に型抜き
ができました!!



お顔もあるよ!



10月31日(金) さくら組さんは、一人ひとり自分達で型抜きをしてハロウィンクッキーをつくりました!

クッキーは3時のおやつの時間にみんなで食べました😊♪自分達で作ったクッキーにみんな大興奮。

より一層おいしく感じたのではないのでしょうか、、、♡