



食事だよ

今月のお誕生会メニューは、《栗芋ごはん・三色ナムル・みそかきたま汁・リンゴゼリー》でした。ごはんは秋の味覚たっぷり、栗とさつまいものほかにマイタケも入っています。栗とさつまいもは色は同じような黄色ですが、食感と味が異なります。あるお友達に「ごはんに入っているこの黄色いのなんだかわかる？」と尋ねたところ、一口食べて「サツマイモ?」「正解!」さつまいもの味はわかっていたのですが、栗を食べたときは「?」とさつまいもと違うことはわかるけど、これが何かはわからない様子でした。「これは栗だよ」伝えたところ、おいしいねと食べていました。自分が食べているものの名前を知ることによってちょっと食材に興味をもてた時間でした。たくさんある食材のうち園で使うものはごく一部です。「おうちでも食べたことあるよ」という声も多く聞かれますが、おうちでしか食べないものもたくさんあると思います。ぜひおうちでも今日のご飯に入っているものは何かなあと話題にしてみてくださいね。

