

# 食育だより 12

年末年始を元気に過ごしましょう

今年も残りわずかとなりました。12月は、クリスマス、餅つき、年越しそばおせち料理の準備など、食の行事がたくさんあります。季節の食事を楽しんで、元気に新しい年を迎えましょう。

11月11日 すみれ「スイートポテト」  
お芋の形をそのまま使ってスイートポテトを作りました。



11月5日 ひまわり

～食育ラボ～

玉ねぎの皮を使って染め物をしました。とってもきれいに染め上がりました。



11月8日 ～新米をたべよう！！&焼き芋&ひまわり親子クッキング～

美味しい新米と旬の野菜たっぷりのみそ汁。おにぎり作りも頑張りました！！

