

栄養のおはなし

第2回目

3,4,5 歳児クラスを対象に栄養士による栄養指導を受けました。
食べ物は『赤』『緑』『黄』の3つの種類に分かれています。どのように分かれていますか教えてもらいました。



この食べ物は
何色の種類になるかな？
キノコにはどんな種類がある？
お芋の種類は？
クイズ形式で
楽しく学びました。



マヨネーズは何色の種類？何からできているのだろう？のクイズには「バターかな？」「油かな？」考えながら答える子ども達。
好き嫌いするとウンチが出にくくなるよという話には頷いて聞いていましたよ。