



きゅうしょくだより

9月

2023年8月31日(木)

ひらお保育園



仕入れの都合により、食材が変更になる場合があります。ご了承ください。

まだまだ日差しが強く、暑さが厳しいですね。

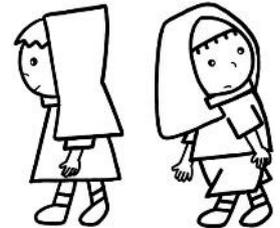
今年は残暑も厳しいようなので、夏は過ぎていきますが、夏野菜と言われる

とまと、きゅうり、なす など水分を多く含む野菜を摂って暑さに負けずに過ごしていきたいですね。

9/1は総合避難訓練です。給食室では、調理中に被災したと想定して、給食作りをします。

そのため給食とおやつがいつもと異なる

内容になるかとおもいます。ご理解ご協力、よろしくお願ひします。

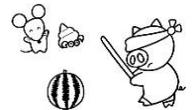


9月はお彼岸とお月見がありますね。

21日におはぎ、29日にお月見団子を入れました。

どんな意味があって食べるのか？お家で話題にしてみてもいいですね～

< 最近の子どもたちの様子 >



8月のおやつ時間。ほしくみ、つきぐみの子どもたちに ホールですいかを切って見せました。

子どもに見せるために頼んだ大玉のすいかを持っていくと、

「うわ～おっきい!!」「すごーい!」と歓声をあげる子どもたち。

「切ったら何色だと思う?」と聞くと「あかじゃない～?」「きいろいすいかもあるんだよね～」と教えてくれました。包丁で半分にわると、「わ～あかだあ!」「おいしそ～!」と喜んでくれました。

「すいかおおきいのくださーい!」と取りに来る子、「にがてだからちいさいのにして～・・・」という子。

様々な子がいましたが、みんなの夏の思い出の一つになっていけばいいなあとと思っています。

秋になると梨やりんご、柿など美味しい果物が出てきますね。

また切る様子を見せて、子どもたちに果物を身近に感じる機会を作っていきたいなと思っています。

～つくってみませんか？～

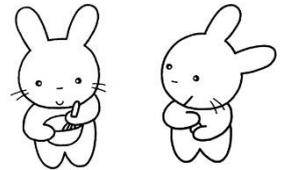
さつまいものクリーム煮 (8日、22日)

〈材料〉 さつまいも・バター・牛乳・砂糖

- ①さつまいもは皮をむき、いちょう切りにする。
- ②鍋にバターを入れて、火にかけさつまいもを炒める。
- ③全体に火が通ったら、牛乳をさつまいもがかぶるくらいいれて火にかける。
- ④砂糖を加えて、さつまいもが煮崩れたら火を止める。

※牛乳を豆乳に変えても美味しく仕上がります。

大人はシナモンやレーズンを一緒に入れても美味しいですね。



今月のリクエストメニューは、ほしぐみからです。

ハンバーグ	鶏の唐揚げ	カレー	魚の天ぷら
サラダ (ハム・きゅうり)		枝豆	さつまいもの天ぷら
ポテトサラダ	葱の味噌汁	ミートスパゲティー	
納豆ご飯	ナポリタン	コーンスープ	
すいか	りんご	もも	クッキーサンド (あんこ)
梅干しおにぎり	おはぎ		みたらし団子
チーズドーナツ			などが挙げられました。

その中から、枝豆 納豆ご飯 魚の天ぷら カレーライスを取り入れました。

献立の★印がリクエストメニューです。



☆ 日本では旧暦の8月15日の夜 (新暦の9月中旬～10月上旬) を“十五夜”^{じゅうごや}と呼び、月見だんごやススキ、サトイモなどを供えて、お月見をする風習があります。このころの月を「仲秋の名月」と呼んで、昔から日本人は「いちばんきれいな月」として眺めてきました。子どもたちの「科学の眼」を育てるきっかけにもなりますね。

