

給食からのおたより

10月号 面川報徳保育園

木々の葉も赤や黄色に衣替えし、色鮮やかな季節となりました。運動・健康づくりに最も適した時期でもあります。外で元気に遊ばせることで子どもの食欲をわかせる意欲を育てましょう。秋から冬にかけては、根菜類や緑黄色野菜など食べ物がおいしい季節ですので、ご家庭でも旬の素材の味を楽しんでみて下さい。



十五夜

…旧暦で、8月15日の月を「十五夜」「中秋の名月」などと言います。

保育園では、9月13日に「十五夜」を行いました。



すすきを飾り、月見だんご・さつまいもや枝豆・ぶどうなどをお供えしました。
また、だんごの作り方を子ども達に見せ、年長児にはお供えするだんごを丸めてもらいました。
みんな上手に丸めることが出来ました♪(^▽^)



材料(4人分)

- ・納豆…2パック
- ・人参…1/4本
- ・長ネギ…1/4本
- ・ちくわ…2本
- ・卵…1個
- ・チーズ…40g
- ・油…適量
- ・しょう油…適量



ミニレシピ

五目納豆

作り方

- ①人参、長ネギ、ちくわはみじん切りにして炒める。
- ②卵はスクランブルエッグにする。
- ③チーズはさいころ状にする。
- ④①、②、③と納豆を合わせたら、しょう油で味付けして出来上がり☆

保育園での
大人気メニュー
です！



今月の給食目標

しっかり食べて
元気に運動しよう



今月の予定

10日(金)誕生会
20日(月)創立記念日

※10日はお弁当包みに箸だけを包んで持たせて下さい。
20日の創立記念日には紅白大福をお持ち帰りとなります。

