



給食だより

平成25年9月1日 発行

大戸報徳保育園

第 6 号



まだまだ残暑が厳しいですが、鈴虫の鳴き声や日の短さから秋の訪れを感じられる季節となりました。

夏の疲れが出始める頃ですので、食事に旬の食材をたくさん取り入れて、疲れにくい体作りをしましょう。



☆9月28日(土)は園内運動会です☆

一生懸命頑張ったあとには熱々の芋汁を用意していますので、お椀とお箸をご持参いただきますようお願い致します。



今月の目標

たくさん食べて夏の疲れをとしましょう

9月19日は十五夜です

保育園のおやつにはお月見団子が登場します。

お団子をこねる時に、茹でたかぼちゃを加えることで、綺麗な黄色になります。簡単にできるので、ご家庭でもお子さんと一緒に作ってみてはいかがでしょうか。

◇ ◇ お箸を正しく持っていますか？ ◇ ◇

☆正しい箸の持ち方☆

箸を正しく持てないと、食事をスムーズに食べることができません。正しい持ち方が身につくようにしましょう。

- ① 箸の片方を、親指の根元に挟みます。
- ② 薬指を軽く曲げて第一関節を下に添え、親指と薬指で支えます。
- ③ もう片方の箸は親指のはらで挟み、中指の第一関節で支えます。
- ④ ③の支えをしっかりとさせるために、小指を薬指に添わせませす。

