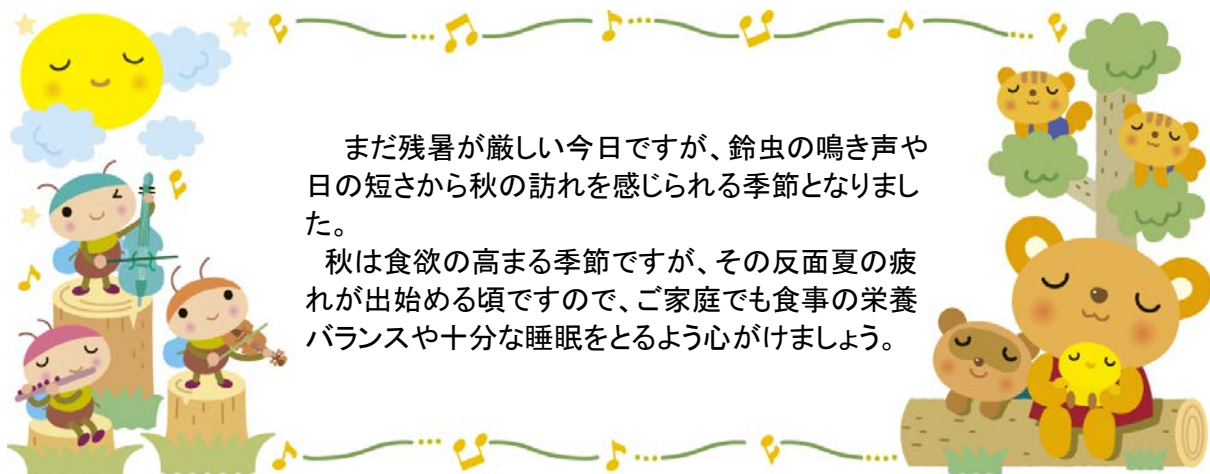


# 9月 給食だより

平成27年 9月1日 発行  
大戸報徳保育園  
第 6号



まだ残暑が厳しい今日ですが、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。

秋は食欲の高まる季節ですが、その反面夏の疲れが出始める頃ですので、ご家庭でも食事の栄養バランスや十分な睡眠をとるよう心がけましょう。

## 十五夜とは？



十五夜は中国の「中秋節」を起源とする行事で、旧暦8月15日の夜を「十五夜」といい、「芋名月」や「お月見」という地方もあります。

収穫時期の行事である十五夜は、田畑で採れた作物をお供えし、収穫に感謝する行事でもありました。

保育園でも、お月見汁やきな粉団子など献立に取り入れましたので、十五夜の日には感謝の気持ちを込めながらいただきます。



## 新米の季節になりました



日本人の主食、お米が収穫の時期を迎えます。お米は私たちのエネルギー源となり、タンパク質・ビタミン・ミネラルも豊富な栄養満点の食材です。秋の味覚と合わせておいしい新米を味わいましょう。



## 今月の給食目標

たくさん食べて  
夏の疲れをとみましょう



9月26日(土)は園内運動会です。一所懸命頑張った後にはおいしい芋汁を用意していますので、お椀と箸をご持参いただきますようお願いいたします。

