

9月 給食だより



○●保育園で子どもたちに人気の野菜メニューを紹介します！●○

去年度の食事アンケートで、「レシピを知りたい！」という声が多かったメニューです。

給食の献立表を見てどうやって作るか知りたい！

保育園でよく食べたと聞いて家でも作ってみたい！など

レシピを知りたいときは、給食室や担任までお声がけください。

にんじんしりしり

材料（作りやすい分量）

- ・にんじん 小2本（約200g）
- ・ツナ缶 1缶
- ・しょうゆ 大さじ1（18g）
- ・砂糖 小さじ1（3g）
- ・油（炒め用） 適量

作り方

- ①にんじんの皮を剥き、千切りにする。
- ②フライパンに油をしき、にんじんを中火で炒め、ツナ、水少量を加え、炒め煮にする。
- ③にんじんがやわらかくなったら、しょうゆと砂糖を加え、味を調える。



★保育園で食物アレルギーの発症を予防するため、献立表を確認の上園で初めて食べる食材がないよう、ご協力をお願いします。★

日中はまだ暑さが残りますが、暦の上では秋になりました。

「さんま」や「栗」「ぶどう」「梨」「柿」などたくさんの秋の実りを、お買い物を見ながら見つけるのも楽しいですね。

今月は「うんどうの会」の練習などで毎日の活動量が増え、子どもたちの食欲が増していくので、おいしい給食でサポートしてきます！！



中秋の名月「お月見」



今年の十五夜は、9/10（土）です。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、



お月様の見えるところに十五個のお団子と、秋に収穫されるお芋やススキを供えて、感謝と祈りを捧げます。



9（金）にし・ほしグループで、お月見団子作りを予定しています。

