



給食だより

令和6年9月1日
あいあい鳳保育園

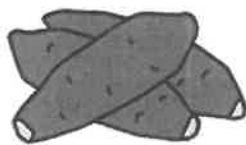
日中は夏と変わらないような暑い日もまだまだありますが、日が落ちるのも随分と早くなり、少しずつ秋の気配を感じるようになってきました。

9月の給食には、秋の味覚がたくさん登場します。香りの良い松茸は、食べる前に子供たちに香りを楽しんでもらい、脂ののった秋刀魚の塩焼きと一緒にいただきます。お彼岸にはおはぎ、13日にはお月見の行事食として、まんまるお月見コロケや巨峰、お月見団子を提供します。巨峰は皮を剥きやすくし、喉に詰めないために半分にカットするなど、給食では安心して美味しく食べてもらおうと、色々な事に配慮しています。食欲の秋に栄養をたくさんとって、丈夫な体づくりに役立てていきましょう。



今月の旬の食材

- まつたけ…26日
- 秋刀魚…26日
- さつまいも…12. 18. 19. 25日
- いわし…27日
- 梨…2. 26日
- 巨峰…13日
- しめじ…3. 24日
- かぼちゃ…4. 9. 18. 19. 24日



8月の食育

ぞう組さんとらいおん組さんは、梅干しの土用干しをしました。「すっぱい匂い」「いい匂い」と感想を言いながら、壺から梅干しを取り出して「赤くなってる」「梅干しみたいになった」と楽しんで、かごに並べてくれました。「梅干しを暑い暑い太陽の光に当てるとばい菌をやっつけてくれて梅干しを長い間おいしく食べることができるよ」と伝えると「頑張ってばい菌やっつけてほしい!」「太陽すごいね!」と感想を伝えてくれました。

また、とうもろこしの皮むきのお手伝いもしてもらいました。皮付きのとうもろこしを見せると、みんな「とうもろこし!」と元気よく答えてくれました。力いっぱい皮をむいてもらおうと「黄色いつぶつぶ見えてきたよ!」と教えてくれました。むいた皮のにおいをかいで「くさい」と言っている子や、バナナをむくみたいにむいてくれている子など様々な子がいましたが、みんな興味津々で取り組んでくれました。

9月の平均栄養価(幼児食 昼食・おやつ)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
基準値	590	19~29	13~20
当園見込み	612	22.5	19.3