

給食だより

発行日 令和4年 9月 1日 下田部保育園

暦の上ではもう秋ですね。最近では、幾分か朝晩が涼しく感じるようになってきました。ですが、まだまだ残暑は続きます。天候や気温の変化も激しい時期です。そろそろ夏の暑さによる疲れが出る頃でもあります。この時期はしっかりと休息をとり、バランス良く食べ、美味しい味覚の秋に備えて身体を労わりましょう。「読書の秋」「運動の秋」「食欲の秋」。たくさん食べて、毎日を元気に楽しく過ごしましょう！

☆おいしいつばやき☆《お誕生日リクエストメニューが決まるまで編》

☆2022年4月～☆ ゆり組

毎月のお誕生日メニューは「お誕生月のゆり組さん」のリクエストによって出来上がっています。そこで今回は《お誕生日リクエストメニューが決まるまで…》を、改めてご紹介したいと思います。夕方のおやつを食べ終わった後に集まってもらい、栄養士と子どもたちで話し合いながら決めます。

まず「三色食品群」のお話をして、そのあと料理本を見ながら、それぞれが好きなものを挙げていきます。家でのお手伝いのお話をしてくれる子、よく食べる料理を教えてくれる子、静かにそっと好きなものを伝えてくれる子…表現は様々ですが、さすが年長のゆり組さん！みんな、自分の思いを頑張っけて届けてくれます。こんな風に相談し合っ、毎月のリクエストメニューが完成しています！

みんなのからだを
作ってくれているよ！



これ、よく家で
食べるよー！



私、これ好き！



う〜ん…
何色がいいかなあ？

思い思いの「りんごジュース」を
描いています☆



後日、リクエストメニューをみんなで1枚の絵にします。料理や食材の写真を参考にしながら「サラダには〇〇が入ってるねー」「これは赤色ー！」「わたし、これ描きたい！」など、みんなで楽しく制作しています。

普段から絵を描き慣れている様子で、どんどんアイデアが溢れます！

こうして完成した絵は、また給食展示ボックスの壁面に飾っていきますので、ご覧ください。



12	さばの磯辺焼き きのこの煮びたし	5	鶏肉の照り焼き丼 野菜の浅漬け
26	みそ汁 ごはん	月	みそ汁 ごはん
13	カレーピラフ わかめと切干大根のサラダ	6	きのこ入りポークカレーライス チーズと春雨のサラダ
27	クリームスープ オレンジ	20	野菜ジュース
火		火	
14	大根とひき肉の中華炒め 長いものツナマヨ和え	7	鮭のごまマヨネーズ焼き ひじきとコーンの炒め物
28	もやしと卵の中華スープ ごはん	21	みそ汁 ごはん
水		水	
1	鶏とぼろ丼 白菜のごまみそ和え	8	冷やし坦々ラーメン ささみと千ゲン菜の和風ドレ和え
29	みそ汁 梨		オレンジ ごはん
木	15日☆お弁当日☆	木	22日☆お誕生日会☆
2	なすとポテトのミートグラタン ブロッコリーとハムのサラダ		
16	コンソメスープ ロールパン	9	☆お月見メニュー☆
30	牛肉のトマト煮 キャベツとブロッコリーの青ドレサラダ		
金	みそ汁 ごはん	金	
3	鮭とコーンのごはん 豚肉と野菜のスープ	10	ツナときのこのクリームスパゲティ ボイルサラダ
17	キャベツの練りごまあえ フゼリー	24	ミルクパン ミニゼリー
土		土	

***白玉団子* (約20個分)**

- 白玉粉…120g
- 砂糖…20g
- 水…80cc (目安)

①ボウルに白玉粉と砂糖を入れ、軽く混ぜ、水を少しずつ加え、耳たぶ位の固さになるまでこねる。

②お湯を沸かし、一口大に丸めて茹でる。

(白玉が浮いてきてから、さらに3~4分ほど茹でる。)

③茹で上がったら、水の入ったボウルにとる。

*よもぎやいちご・抹茶や食紅で色をつけることもできます。

*みたらし団子・きなこ団子・フルーツ白玉・あん団子などお好みで。

*のどを詰めないように注意して、食べてくださいね!

- * 仕入れの都合上、献立内容を変更することがあります。
- * 離乳食、アレルギー食も実施しております。
- * 化学調味料などできるだけ使用しないようにしています。

2022年 十五夜
9月10日(土)です。

☆お月見行事食☆ (9日)

- *お月見うどん*
- *筑前煮*
- *パイン缶*
- *里芋とまいたけのごはん*

☆9月 お誕生日会メニュー☆ (22日)

決まり次第、お伝えします。

手作りおやつ

	離乳食	乳児・幼児		離乳食	乳児・幼児
2日(金)	野菜おにぎり(おじゃ)	ためきおにぎり	5日(月)	りんごロールパン	あんクリームクッキー
8日(木)	蒸しパン	チーズ蒸しケーキ	14日(水)	バナナケーキ	梨ケーキ
15日(木)	みたらしさつまいも	おさつパイ	16日(金)	小松菜おにぎり(おじゃ)	小松菜とゴマのおにぎり
21日(水)	トースト(パン)	ウインナードッグ	27日(火)	おふトースト	おふラスク
29日(木)	おやさいかけ	おとうざいかけ			