



9月 給食だよ!

かやの実保育園 給食室

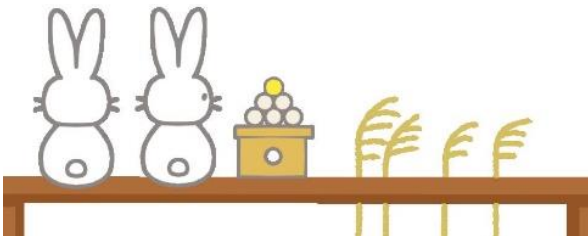
9月に入っても暑い日がまだまだ続きます。夏の疲れも出てくるこの季節、規則正しい食生活で体調を整えましょう。“食欲の秋”と言われるように、これからたくさんの食材が旬を迎えます。自然の味や香りを感じられる季節の食材を美味しく食べて、残暑を乗り切りましょう♪



中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」とも言います。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ています。

お月様の見えるところにお団子と秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。



郷土料理～奈良県～

色ごはん…奈良県では醤油味の炊き込みごはんのことを「色ごはん」という。

かしわのすき焼き…関西地方では鶏肉のことを「かしわ」と呼ぶ。秋祭りのお祝いの席で食べられてきた。

奈良のつべ…里芋や大根などを使った具だくさんの煮もの。

もみうり…本来はタコときゅうりを揉んで酢の物にした蛸もみうり。給食では、油揚げを使用します。

にゅうめん…奈良県は素麺発祥の地とされている。

今月の食育活動

幼児

- ・昼食材料紹介
- ・菊ちぎり
- ・月見団子作り(らいおん組)
- ・マスのつかみ取り(らいおん組)
- ・米とぎ

うさぎ組

- ・昼食材料紹介
- ・しいたけのじくとり

りす組

- ・昼食材料紹介
- ・しめじほぐし

今回の絵本給食は

26日に

きつねうどん たぬきうどん



から登場します。

好きなうどんを選んでもらいます☆



補食予定献立表

日付	補食	日付	補食
4月	混ぜごはん	11.25月	ふりかけごはん
5.19火	ゆかりごはん	12.26火	混ぜごはん
6.20水	混ぜごはん	13.27水	ふりかけごはん
7.21木	ふりかけごはん	14.28木	ゆかりごはん
8.22金	混ぜごはん	1.15.29金	わかめごはん
9土	焼きおにぎり	2.16.30土	焼きおにぎり