



給食だより

かやの実保育園 給食室

涼しい秋風が吹き、心地よい季節になりました。

実りの秋・食欲の秋の到来です。子どものころから食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要なことです。

保育園では旬の食材がたくさん登場します！

秋刀魚や梨、さつまいもなど食欲をそそる美味しい食べ物ばかりです。

ぜひ、ご自宅でも秋の味覚を味わってみてください♪

10月26日(木)は秋の遠足があります！

※お弁当の対象はうさぎ組からです

お弁当を作る時の注意点をまとめたので、よければ参考にしてください♪

◎食べきれる量を◎

「全部食べた！」と達成感と満腹感を感じられるように子どもが食べきれる量を入れるようにしましょう

◎食べやすい形にする◎

おにぎりやサンドイッチなど手で食べられるものがおすすめです

◎食中毒の予防◎

しっかりと冷めてからフタをしましょう

今月の食育活動

- ・芋煮週間…さつまいも堀り、茶巾絞り、芋の型抜き
芋汁の材料切り、焼きいも作りなどを行ないます
- ・クッキー作り…らいおん組が宿泊保育のおやつ用に
自分たちでクッキーを作ります
- ・その他…米とぎや野菜の下ごしらえなど

郷土料理 ～福井県～

・ソースカツ丼

福井県のカツ丼は卵では閉じずに、薄いカツをソースで味付け、ご飯に乗せます

・ぼっかけ汁

根菜や糸こんにゃくなど具たくさん汁をご飯にぶっかけ(ぼっかけ)ることから

・里芋のころ煮

・さばめた

本来はしめサバを使いますが、給食では焼いたサバと酢味噌を和えます

・芋あべかわ

芋を餅にみたてて作られたお菓子です

補食予定献立表

| 日付 | 補食 | 日付 | 補食 |
|--------------|---------|------------|---------|
| 2.16.30 月 | 混ぜごはん | 23 月 | ふりかけごはん |
| 3.17.31 火 | ゆかりごはん | 10.24 火 | 混ぜごはん |
| 4.18 水 | 混ぜごはん | 11.25 水 | ふりかけごはん |
| 5.19 木 | ふりかけごはん | 12.26 木 | ゆかりごはん |
| 6.20 金 | 混ぜごはん | 13.27 金 | わかめごはん |
| 7.21 土 | 焼きおにぎり | 14.28 土 | 焼きおにぎり |

保護者を対象とした
全体試食会を行ないます！

10月13日(金)16:00～ 場所:やまびこ

今回のテーマは「人気メニュー」です☆

在園児の入室はできませんので、お迎え前にお立ち寄りください！