

# 9月 給食だより



石原第二保育園 栄養士 目時美鈴

少しずつ日も短くなり、朝、夕は涼しさを感じるようになってきました。

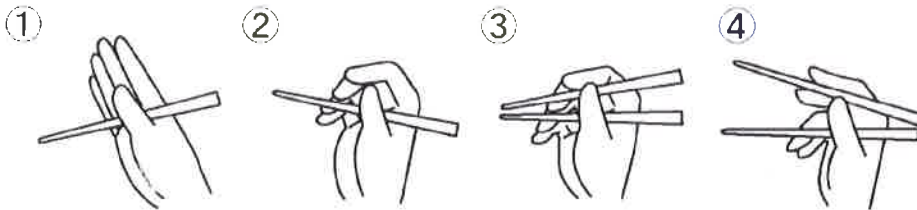
とはいえまだまだ残暑も厳しく、食中毒が起こりやすい時期でもあるので引き続き注意をお願いします。

また、元気そうに見えても子どもたちの身体には夏バテの影響が残っているものです。

引き続きご家庭での食事・睡眠時間の確保にもご配慮ください。

## お箸を正しく持っていますか？

- ①箸の片方を、親指の根元に挟みます。
- ②薬指を軽く曲げて第一関節を下に添え、親指と薬指で支えます。
- ③もう片方の箸は親指のはらで挟み、中指の第一関節で支えます。
- ④③の支えをしっかりとさせるために、小指を薬指に添わせませす。



お知らせ



献立には掲載していませんが、7月より熱中症対策として、梅干を提供しています。9月末までを予定していますが、引き続きご家庭でも熱中症の予防をお願いいたします。

## 今月の食育予定

### わくわく組さん

16日…キャベツちぎり

22日…野菜の表面と中の色の違い

### ひまわり組さん

10日…きのこの種類

17日…液体調味料の種類

### すずらん組さん

9日…玉ねぎと人参の皮むき

22日…紙芝居他

### ばら組さん

1日…人参の皮むき

10日…お団子作り

## レシピ紹介 ～保育園のメニュー～

人気のおやつ

『豆腐のマフィン』

を紹介します！！

【材料】8～10個分

絹ごし豆腐（1丁）

ホットケーキミックス（300g）

砂糖（50g）

アルミカップ（8～10個）

【作り方】

①ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、砂糖を混ぜる。

②アルミカップに生地をうつし、170度のオーブンで15分焼く。

焼いて混ぜるだけの簡単レシピです！！

豆腐でかさが増えてヘルシーなマフィンです☆  
焼きたての際には、豆腐がとても熱いのでやけどには気をつけてくださいね。

ばら組さんの保護者様

お忙しい中、試食会のご参加ありがとうございました。いただいたご意見を参考とし、献立や給食だよりに反映させていきたいと思っております。

