

9月 給食だより

石原第二保育園 管理栄養士 水野路子

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。

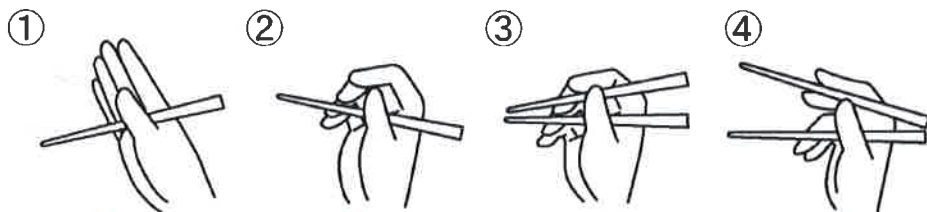
とはいえまだまだ残暑も厳しく、食中毒が起こりやすい時期でもあるので引き続き注意をお願いします。

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。
- ④ ③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

のびのび組さん

4日・・・食育紙芝居

わくわく組さん

1日・・・みたらしお団子作り

11日・・・食品群の話

ひまわり組さん

3日・・・食育紙芝居

11日・・・二色サンド作り

すずらん組さん

7日・・・手作りクッキー型抜き

29日・・・調味料の話

ばら組さん

9日・・・スイートポテト作り

15日・・・おにぎり作り

中秋の名月

秋は空気が乾燥していて月が鮮やかに見え、気温もそれほど低くないため一年のうちで一番月見に適した季節です。今年は9月27日です。ぜひ夜空を見上げてみてください。

月見といえばお団子！！お月見団子を親子で作ってみませんか？

保育園のおやつ【白玉団子】

【材料】

白玉粉 200g

絹ごし豆腐 200g (水気を絞る)

砂糖 60g 醤油 30g 片栗粉 20g 水 250g

【作り方】

- ① 白玉粉と豆腐を混ぜ、耳たぶくらいまで混ぜる
- ② 沸騰した湯の中に丸めた団子を入れる
- ③ 浮いてきたら冷水にとる
- ④ 鍋に砂糖、醤油、片栗粉、水を入れて弱火にかけ、とろみがつくまで加熱する
- ⑤ 団子にたれをからめる

