

8月の給食だより

献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

第二王子町保育園



暑かった夏が過ぎ、秋がやってきましたね。子どもたちは夏の疲れが出るころです。日中はまだまだ暑くても、朝晩は涼くなっていますので、食事や体調管理に気をつけましょう。運動会の練習も徐々に始まっています。元気に秋を迎えましょう。

月	火	水	木	金	土
★	★	★	1 魚のコーンマヨ焼き 五目金平 果物	2 ポークビーンズ 青菜のごま和え 果物	3 親子丼 みそ汁 果物
			杏仁豆腐	ソーダブレッド	チョコチップクッキー
5 レパールのマリアソース さつま芋入り煮昆布 果物	6 中華風卵焼き ツナとわかめのさつと煮 トマト	7 のり塩からあげ ドレッシングサラダ 果物	8 茄子入り麻婆豆腐 三色ピーマンのじゃこ和え 果物	9 魚の香味ホイル蒸し しぎ茄子 果物	10 きのこスパゲティー ゆで卵 果物
塩昆布おにぎり	バナナケーキ	焼き大福	りんごゼリー	いきなり団子	南瓜マフィン
12 豚肉と茄子の味噌炒め ワカメと胡瓜の酢の物 果物	13 キッシュ風卵焼き 切干大根サラダ ミニトマト	14 きのこカレー 大豆サラダ 果物	15 炒り卵のミートソースがけ 春雨サラダ 果物	16 おべんとうの日 	17 ロールパンサンド 人参スープ 果物
もちもちコーンパン	フルーツヨーグルト	ホワイトボール	じゃが丸君	お月見団子	チーズ蒸しパン
19 敬老の日	20 ピザ風卵焼き 青菜のおかか和え トマト	21 魚のおろし煮 さつま芋の彩り金平 人参グラッセ	22 コーン入り豆乳卵スープ 野菜のカボス醤油和え 果物	23 秋分の日	24 お好み焼き おにぎり 果物
	きなこプリン	わかめとチーズのおにぎり	おはぎ		きな粉スコーン
26 けんちん煮 野菜のゆかり和え 果物	27 ハンバーグのきのこソースがけ マセドアンサラダ 果物	28 お誕生日会 	29 炒り豆腐 ごまじゃこサラダ 南瓜のチーズ焼き	30 魚の西京焼き わかめとカニカマの酢の物 さつま芋の粉吹き	★
ジャージャー麺	牛乳もち		りんごスコーン	しらすおにぎり	

「おはぎ」と「ぼたもち」の違いってなに??

9月はお彼岸ですね！
お彼岸ではお餅に「五穀豊穡」小豆に「魔除け」の意味をこめて、おはぎをお供えするようになったといわれています。

ところで！ぼたもちとおはぎの違いってなんででしょうか？

春には牡丹の花に見立てて「ぼたもち」
秋には萩の花に見立てて「おはぎ」と呼ばれます。
また小豆が旬で皮が柔らかい秋はつぶあん、春は皮が硬いのでこしあんにするため、おはぎはつぶあん、ぼたもちはこしあんと区別されたりもします。

非常食の備えはできていますか？

9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。
関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

準備するとよいもの

- ・飲料水(3人1日3L×3日分)
- ・3日分の非常食
- ・医療品 ・懐中電灯 ・携帯ラジオ
- ・予備の電池 ・カセットコンロ ・ガスボンベ
- ・貴重品(現金、身分証明書、通帳、印鑑 保険証 ほか)

お知らせ

9月16日(金) お弁当の日
9月28日(水) お誕生日会

～食育活動 クッキングのお知らせ～

9月16日 お月見団子作り
りんご、めろん組

エプロン、三角巾、マスクの準備を
よろしくお願いします。

お米は栄養たっぷり

ごはんは、味がたんぱくでおかずにも合いよく噛むことでだ液に含まれるホルモンが脳を活性化します。また、食後の血糖値も上がりやすく、ゆっくり吸収されるため腹もちがよく、脂質が少ないのでパンなどに比べ太りにくい食材です。

お月見とは？

月の満ち欠けが農作業の大きな指標になっていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。平安時代に、「中秋の名月」を祝う習慣として一般的になりました。だんごや里芋など月に見立てた丸い物と、葉先のとんがりや邪気をはらう力があるとされているススキや秋の七草をお供えます。ご家庭でも丸い物を食卓に並べて、お月見気分を味わってみましょう。