



しょくじだより



こんにちは、きゅうしょくです。

残暑はまだ続っていますが、朝晩は秋の気配を感じます。

季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。早寝早起き、規則正しい生活を心がけましょう。

うめぐみ クッキング



給食お助け隊がお手伝いに行きました

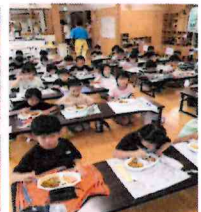
8月27日にうめぐみさんが、クラスで育てたピーマンを使って焼きそばを作りました。ピーマンを収穫しゴシゴシきれいに洗い、種も上手に取れました。給食お助け隊がホットプレートで焼きはじめると子どもたちは大喜び！真剣に見つめていました。「あかいピーマン、トマトみたい。」「やさしいシャキシャキしてる。」「もっとおかわりほしい!!」みんな大満足のクッキングでした。



ちくたくカレーテー



8月28日はカレーをたくさん作り、児童クラブちくたくのお兄さん、お姉さんにも食べてもらいました。事前にお知らせしていたので、とても楽しみに待っていてくれました。久しぶりに会う子どもたちの成長に感動していると「給食先生、おかわりください!」「僕も!!」と元気な声が聞こえてきました。おかわりも十分準備したつもりでしたが、あっという間になくなりました。帰りにわざわざ保育園までお礼を言いに来てくれた子もいて、嬉しい一日でした。



9月はこんなイベントもあります! **スペシャルパフェ屋さん**

スペシャルパフェ屋さんとは、アイス、トッピング、お菓子を子どもたち自身で選んで自分だけのオリジナルのスペシャルなパフェが食べられるおやつです。



子どもも大人もみんな やってみよう!



今月は

きれいって気持ちがいいね!
~お皿、お盆きれいかな?~



令和6年度9月

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
2	月	くだものゼリー	出前クッキング <ジュース>土っ子	米飯 オニオンソースハンバーグ たくあんのおかか和え 豚汁 オレンジ <かみかみメニュー>	マカロニかりんとう
3	火	菓子		米飯 コーンフ레이크チキン カニカマ入りドレッシングサラダ 根菜汁 パナナ	いちごクッキー
4	水	ココア		米飯 ツナとニラの卵焼き もやしのごま酢和え 豆腐のみそ汁 甘夏みかん缶	シリアルおこし 牛乳
5	木	乳酸菌飲料	出前クッキング <ジュース>水っ子	キッズビビンバ ポテトのチーズ焼き 玉ねぎとベーコンのみそ汁 パナナ	プリンケーキ ジョア
6	金	バナナ		米飯 納豆とじゃこの天ぷら いんげんのごま和え 白菜のスープ チーズ	自家製みかんヨーグルト
7	土			土曜給食	菓子
9	月	バナナ		米飯 焼き魚鮭 大和煮 切り干し大根のみそ汁 ミニゼリー	ふわふわトースト 牛乳
10	火	ココア		米飯 若鶏のバーベキューソース 大豆のポテトサラダ ワタンスープ オレンジ	きなこつぶあんのカップケーキ ジョア
11	水	乳酸菌飲料		米飯 キャベツのメンチカツ ツナのマカロニサラダ 麩のみそ汁 チーズ	フルーツヨーグルト
12	木	くだものゼリー		お好みラーメン ナムル パナナ	夏祭りおやつ
13	金	菓子		夏祭りランチ	お菓子すくい
14	土			土曜給食	菓子
17	火	乳酸菌飲料		ハヤシライス スパゲティサラダ パナナ	青りんごプリン
18	水	ココア		手作りパン ハンバーグ ごぼうときゅうりのサラダ わかめスープ ミニゼリー	クレープ
19	木	ミレーフライ		園外保育	スペシャルパフェ屋さん
20	金	菓子		わかめごはん チキンマトソテー じゃこ、大豆、さつまいものカリカリ煮 卵スープ キラキラ宝石ゼリー <ふじ ゆずはちゃんリクエストメニュー>	クリームコンフェ
21	土			土曜給食	菓子
24	火	ココア		おはぎ かやく和え 具だくさん豚汁 くだものゼリー	たまご蒸しパン ジョア
25	水	菓子		米飯 高野豆腐入りつくね キャベツのゆかりあえ 大根のスープ 甘夏みかん缶	フルーツボンチ
26	木	くだものゼリー	出前クッキング <ジュース>太陽っ子	米飯 白身魚のケチャップ煮 さつまいもとかぼちゃのサラダ 油揚げのみそ汁 オレンジ	海苔胡麻クッキー 牛乳
27	金	バナナ		おたのしみ弁当	お菓子屋さん
28	土			土曜給食	菓子
30	月	菓子		米飯 チキンチキンごぼう かみかみ和え たまねぎのみそ汁 オレンジ	9月おたんじょうびケーキ 菓子

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	502	17.2	14.4	224	2	133	0.26	0.26	21	4.9	1.6
目標量	574	23	15.9	259	2.5	214	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	87	75	91	86	80	62	84	72	95	136	100
3才未満児	432	13.9	11.4	217	1.7	106	0.22	0.23	18	4.2	1.3
目標量	464	18.5	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	93	75	88	101	74	56	88	82	90	127	87

*都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

夏祭り



今年は12日(木)に夏祭りおやつ、
13日(金)に夏祭りランチとお菓子
すくいを計画しています。
お楽しみに!!



おたのしみ弁当 27日(金)



給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に
詰めます。毎月お楽しみ弁当の日があります。
ふじ・つばき・さくら・うめ組は忘れないよう空の
お弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。
お弁当箱に詰めると色々な所に行って食べる楽しさ
があります。(もも・たんぽぽはいりません)