



9月の食育だよ!

令和4年9月1日発行

9月になりましたが、まだまだ暑い日が続いています。夏場の疲れもでてくる頃なので、秋に旬を迎える栄養の多い食材をしっかりと摂って残暑を元気に乗り切ってくださいね。

~8月のお楽しみ給食の紹介~

メニュー

- ・炊き込みご飯・とうもろこしと枝豆のかき揚げ
- ・わかめとトマトのサラダ・オクラの清汁
- ・カルピスゼリー

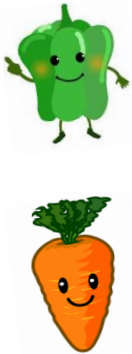


離乳中期食メニュー

- ・鯛と人参のおじや・筑前煮風
- ・トマト・麩のすまし汁

離乳後期食メニュー

- ・キャロット粥・煮込みハンバーグ
- ・オクラのすまし汁・フルーツジュレ



秋のお彼岸は・・・

秋分の日をはさんで前後3日間の計7日間です。山の神に農作物の収穫を感謝しておはぎを作り食べるようになったといわれています。保育園でも9月22日(木)の3時のおやつはおはぎを提供します。たのしみにしていてくださいね😊



9月のお楽しみ給食は8日(木)です。初秋に旬の食材をたくさん使います♡