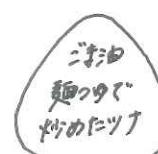


9月の給食だより



新米は水分が多く
この時期ならではの特別な美味しさがあります。
白米はちぢみたんぱく質を足せば「朝ごはん」
にカリッタツ！
おにぎり、前日の味噌汁、ヨーグルト、果物で栄養
バランスをバッチリです



先日の人気メニューは
「じゃが芋のじかべらめ」「マーボー豆腐」「納豆和え」でした。
意外とハンバーグは好みで
分かれますか~唐揚げは
いつも人気です。
「〇〇煮込み」より「魚煮物、お味噌汁」
などシンプルな方が食べやすいようです。

防災・火のお話

うじと保育園には子ども達の3日分の食糧と水
ベビーフードや液体ミルクなどが備蓄されています。

「肉じゃが」「カレー」「りんご缶」など子ども達が食べやすい
物を備蓄し、毎年9月に実際食べろ訓練を行っています。

防災知識

お鍋ごはんを炊いてみよう

米 1合(150g)
水 240ml

- ①大きい鍋に米と水を入れる
- ②強火で7分と7分～8分
沸騰したら弱火で10分
- ③火を消したら蒸らす10分



ふきこぼれる場合はフタをズラして！

お弁当箱給食は

4(月)・15(金)

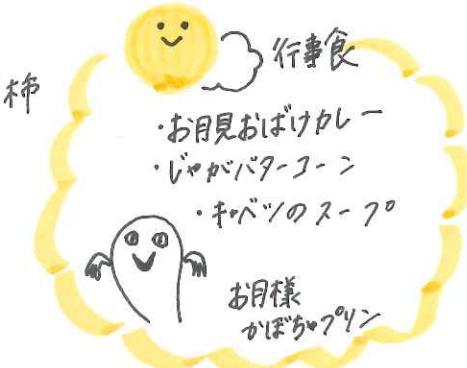


1年組

・秋の果物観察
1(金)梨、6(木)りんご、15(金)柿

そら組

- ・野菜スタンプ 9/7(木)
- ・お米洗い 14(木)
- ・お買い物 21(木)
- ・食料觀察 26(火)



・お月見おばけカレー
・じゃがバターフーン
・キバツのスープ

胡様
かぼちゃソム