



9月 給食だより



令和8年9月1日

南通りすこやか保育園



入園・進級からもうすぐ半年が経ちます。あっという間に秋も近づいてきましたが、そろそろ夏の疲れが出てくる頃かと思います。十分に睡眠をとり、栄養バランスにも気を付けて、元気に秋を過ごしましょう！

月見だんご

月見だんごの丸い形は月に似せたもの。十五夜はちょうど収穫時期と重なるため、お米の粉で作った団子を備え、収穫に感謝するという意味があります。そして、お月見だんごを食べることで、健康と幸せが得られると考えられています。十五夜の晩はお子さんと一緒に月見だんごを作ってみてはいかがでしょうか。



8月お誕生会メニュー



ピザトースト
白菜のスープ
チキンナゲット
ポテトサラダ
フルーツポンチ



誕生会メニュー
蒸しパン
チョコバナナ風です。



栄養出前講座がありました

みんな～朝ごはんは食べてきたかな？

身体を元気にする朝ごはん。エプロンシアターで食べ物はどうやって体の中を通過していくのか、食べたならどんな栄養素が身体に入ってくるのかを、黄・赤・緑の三色食品群のこびと「げんきッズ」が登場し、三つ揃うとげんきになるよと教えてくれました。

お名前の当てっこクイズでも子どもたちがみんな元気よく答え、『野菜の名前をよく知ってるね』

『難しい言葉もたくさん知っていてすごいね』と秋田市の栄養士さんからほめてもらいましたよ。

最後に「ようこちゃんとやさいたち」という紙芝居で、野菜のいい所を五つ教えてもらいました。

1. いいうちが出る
2. 元気にしてくれる
3. 風邪を引かない
4. 要らない塩を出してくれる
5. 体を丈夫にしてそうじしてくれる

みんなおうちの人に教えてくれたかな？

