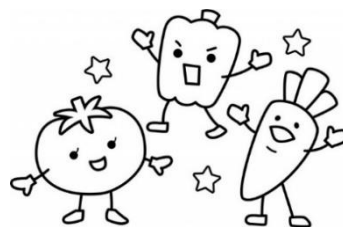


9月 給食だより



中宮まぶね保育園



まだまだ暑い日が続きますが、9月に入り秋が近づいてきました。

秋は「食欲の秋」と言われ、おいしい食べ物がたくさんあります。新米やきのこ、さつまいも、魚など旬の食材はおいしいだけでなく、栄養価も高いので、毎日の食事に積極的に取り入れていきたいですね。子どもたちに旬の食材を知ってもらうためにもいろいろな食材を使った

給食にしていこうと思います。



9月行事食

☆玄関の靴箱横にその日の給食のサンプルを展示しています。量は幼児の一食分です。ご家庭での目安にしてください。

☆気になるレシピや、食事での困り事などありましたら、お気軽に声をおかけください。



〈お誕生日会〉

わかめごはん

鶏肉のノルウェー風

ブロッコリーのペペロンチーノ風

ポトフ

〈おやつ〉

りんごジュース

クッキー



〈お月見〉

さつまいもごはん

鶏肉のごま照り焼き

こまつなのサラダ

とろろ昆布のすまし汁

〈おやつ〉

牛乳

うさぎ蒸しパン



ミニアメリカンドック

〈材料〉(10個分)

ウインナー 5本
ホットケーキ粉 75g
牛乳 60cc
揚げ油 適量

- ① ウインナーは半分の長さに切って爪楊枝を刺す。
- ② ホットケーキ粉と牛乳を混ぜ合わせる。
- ③ ウインナーに②の生地を付けて170度の油で揚げる。
- ④ 揚げ色が均一になるようにお箸で転がす。