給食だより

9月号

2026年8月31日
朝霞ゆりかご保育園
よつばゆりかご保育園

まだまだ暑い日が続きますが、保育園ではこども達の元気いっぱいな声が聞こえています。運動会の練習も始まっているので、元気に本番を迎えられるよう、栄養をとって体調管理に気を付けて過ごしていきたいですね。

8月の食育の様子

＊おはし検定

お箸の持ち方を確認すると、クロス箸になってしまう子、持ち方が不安定な子がいました。一本の箸を持つ練習をして、正しい指の位置を確認した後に、お箸でアクリルアイスをつかむ練習をしました。

まだ、持ち方が安定はしていませんが、アクリルアイスをつかむ事が出来ました。

＊三点持ちの練習

スプーンを持つときの合言葉「バンバン持ちは？」というとサッと手を鉄砲の形にして一生懸命スプーンの練習に取り組んでくれました。反対側の手でお皿を持てるようになるのが今後の目標です。

おやつ

8月のパンは、お祭りごっこ当日のおやつということで「お好み焼きパン」にしました！
青のりとソースの香ばしい匂いが屋台気分を味わえるような楽しいおやつタイムを過ごしました。

9月の行事食

・きなこおはぎ(10日・月)

・お月見パン(30日・水)

お彼岸と十五夜にあわせたメニューです。

レシピ紹介

青菜のおかか和え

〈材料〉

・小松菜	200g	ざく切り
・人参	中1本	千切
・えのき	小1/2袋	ざく切り
・油揚げ	2枚	千切
・しょうゆ	大さじ1	
・砂糖	小さじ1	
・みりん	小さじ1	
・鰹節	小1パック	
・水	50 cc	

〈作り方〉

① 鍋にえのきと油揚げ、水、調味料を入れて煮て冷ましておく
② 切った小松菜と人参に火を通し、水気を切って冷ましておく
③ ①と②、鰹節を入れて混ぜたら出来上がり

きのこも野菜も取れるメニューです。保育園では冷やして提供しますが、温かいままでもおいしいです。