三光幼稚園・三光保育園

三光食育だより

２０２１年 ９月号

三光幼稚園給食室

２学期の給食がスタートしました！感染予防に努めながら美味しくいただきます

SDGｓと防災備蓄

９月１日は防災の日でした。近年、大地震をはじめ台風や豪雨などの災害が全国的に起こっています。佐賀県では今年８月中旬に記録的な大雨となり避難指示等が出されたりしました。日頃から、食料品や生活必需品は最低３日間分、できれば１週間分を備えておくと、いざという時に慌てずに済みます。園でも非常時に備えて、乾パンやビスコ等の非常食を準備しています。非常時に必要最低限のエネルギーや栄養素が確保できるように、そして乳児や食物アレルギー児も食べられる食材を備えておくことは、SDGｓの2.飢餓をゼロに、3.すべての人に健康と福祉を、13.気候変動に具体的な対策を)などのゴールにかかわっています。家族でも確認し合い、防災意識を高めましょう。

○●○今月の郷土料理○●○

～９月１０日（金）～

・ごはん（味付けのり（未：のり））
・あじの南蛮漬け（未：白身魚の南蛮漬け）
・けんちん汁　・梨（なし）　・牛乳

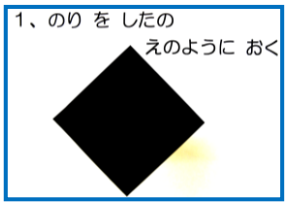
【梨の木は背が低い！？】

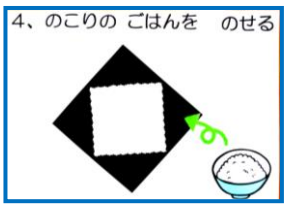
はじめて梨狩り体験をした時の話です。斜面にずらっと植わった梨の木。160cmほどの私が少し腰をかがめないと枝や葉が当たってしまうほどの高さで、汗だくになって収穫した思い出があります。体験に来ていた子ども達は、手を伸ばせば届く梨の収穫をとても喜んでいました。毎日、腰をかがめて斜面を上り下りし梨のお世話をしている生産者の方には本当に頭が下がります。収穫後すぐに食べた梨は、格別に瑞々しくとても甘かったのを覚えています。

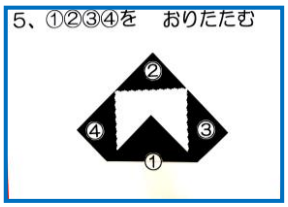
郷土料理の日の梨は伊万里産の『あきづき』を提供します。秋の味覚を味わいましょう♪

夏休みにおにぎらず作り♪

あすなろの年長・年中組、保育園のたけ・きく組のお友達と一緒におにぎらず作りをしました♪おにぎりの具は合挽肉と玉ねぎを焼肉のたれで味付けた肉そぼろを挟みました。子どもたちは、わくわくした表情で大きな焼きのりにごはんと具を包み込み、やさしく形を整えていました。半分にした切り口を見せると、大きな歓声も上がり大盛り上がりでした。出来上がったおにぎらずを食べる時、「食べるのがもったいないな」という子もいれば「早く食べたいから最初に食べよう！」「美味しい♪」という子もいて、とても微笑ましかったです。みんな自分が作ったおにぎらずに大満足（*ˆ−ˆ*）子どもたちはとても楽しそうで、また作りたいと話してくれました。ご家庭でもおにぎらず作りをしてみてはいかがでしょうか？







最後にラップを使って形を整えました☆彡

～9月の献立についてお知らせ～

９月22日（水）・24日（金）は幼稚園の運動会総練習です。この日に飲む給食の牛乳は200mlと通常より量を多くし、子どもの好きなメニューを準備しています。子どもたちは、運動会の練習を毎日頑張っています。給食室も食事の面からサポートしていきたいと思います。