



給食だより

みんなをつなぐ、
わりわりをずっと。

暦の上では秋となりましたが、まだまだ厳しい残暑が続く季節となりました。
朝晩の寒暖差が大きくなりますので、衣服の調整や水分補給に注意していきましょう！



「防災の日」

9月1日は「防災の日」です。
1923年の関東大震災を忘れず、災害への備えを考える日として定められました。
また、この時期は台風シーズンでもあり、非常食や避難場所、連絡手段の確認をするよい機会です。
ご家庭でも、非常食や飲料水、避難ルートなどを一度見直してみてくださいね。
給食では栄養が手軽に補給できる「カレーライス」が登場します。



世界の料理「ベトナム」



ベトナムは東南アジアにある国で、温かい気候に恵まれ、お米作りが盛んなことでも知られています。

お米や米粉を使った「フォー(平たい麺)」などの料理や、新鮮な野菜やハーブをたっぷり使うのが特徴です。

給食では子どもたちが食べやすいように作成しております。

ぜひベトナム気分を味わってみてください♪



「お月見」

お月見は、一年で最も美しいといわれる「中秋の名月」を眺めながら、秋の実りに感謝し、豊作を願う日本の伝統行事です。給食では、丸いお月見団子に見立てた「スイートポテト」を提供します。秋の味覚や季節の行事を楽しみましょう。



今月の食育

かぼちゃ

かぼちゃはビタミンA、ビタミンC、ビタミンEが豊富で給食でも大活躍の食材です。

写真パネルでかぼちゃの断面の形を楽しみましょう♪

まる～さんかく～しかく？



気になるレシピはこちらから！
全てのレシピが閲覧可能となっております♪

