

いっただきまーす！！



朝晩涼しく過ごしやすい季節になって来ましたが、まだまだ昼間は暑く残暑が厳しい毎日です。水分補給を忘れずに、ご飯をしっかりと食べて、睡眠を充分とって体調を崩さないようにして下さい。

園では運動会の練習に励んでいます。元気に本番を迎えられるよう栄養満点の給食を作り応援したいと思います。

9月の行事食

「月うさぎランチ」



- ・ハンバーグ（うさぎ型）
- ・さつま芋サラダ
- ・コンソメスープ



かわいい”うさぎ型”のハンバーグを使用しました。サラダのさつま芋を輪切りにして満月に見立ててみました。

大豆の大変身！！

大豆は「畑の肉」と言われるほどたんぱく質や脂質など体に良い栄養素が多く含まれています。枝豆が熟して枯れるとサヤの中には乾燥した豆が入っています。これが「大豆」です。

大豆はそのままで美味しく食べられますが、形を変えていろいろな食物になります。

