

# 給食だより

グリーンローズてがた保育園

先月の「防災の日」、給食室では実際に電気と水が止まった事を想定して、給食を作りました。災害や防災についてのお話を聞いた後で、子どもたちは、「おいしいね」「ありがとう」とお話ししながら食べていましたよ。当たり前のことと思われがちな「食べ物があがる事」「食事ができる事」に、職員も子どもたちもいざという時の行動や、感謝する気持ちなどを再確認できた、貴重な経験となりました。

今月から、ぱんだ組さんでは、食育活動が始まります。バナナとエプロンの準備をよろしくお願いたします。そして、以上児クラスでは、遠足で掘ってきたさつま芋で「お芋パーティー」をします。そう組さんが、クッキングします！どんなお芋メニューになるのか、楽しみにしててくださいね〜♪

栄養士 より

★ 毎月のお誕生会のケーキは、そう組さんのお誕生者のリクエストにより、決めていきます。  
10月のお誕生会のケーキは、かえでちゃん、ようたくんのリクエスト「ジュエルペット&マリオカート」のケーキです。

### 10月の予定

- 5日(月) ジャムサンドを作ろう (以上児)
- 8日(木) お芋クッキング(そう)  
お芋パーティー(以上児)
- 13日(火) モリモリランチバイキング&  
おにぎりを作ろう(ぱんだ・以上児)
- 14日(水) やきそばクッキング(きりん)
- 15日(木) 食育ピンポン♪(未満児)  
納豆をかけてみよう(ぱんだ・以上児)
- 16日(金) 誕生会(全園児)  
10月生まれのお友達のお誕生会です  
おうちの方と一緒に祝いします
- 19日(月) 食育ピンポン♪(以上児)
- 22日(木) カレークッキング(そう)  
カレーにトッピングしてみよう!  
(ぱんだ・以上児)
- 28日(水) ジャムサンドを作ろう(ぱんだ・以上児)

### お誕生会



「ジュエルペット&マリオカート」  
ケーキです!



#### 給与栄養量

	未満児	以上児
エネルギー	525 kcal	575 kcal
たんぱく質	19.7 g	21.3 g
脂 質	13.5 g	13.7 g
カルシウム	250 mg	275 mg
ビタミンC	25 mg	30 mg

- ・ 給食やおやつメニューは、変更する事がありますので、ご了承ください
- ・ 午前のおやつについて(未満児) 牛乳・お菓子(少量)

### 延長おやつ

月	火	水	木	金	土
焼きおにぎり 麦 茶	ドーナツ 麦 茶	パ ン 麦 茶	ヨーグルト 麦 茶	焼きおにぎり 麦 茶	せんべい 麦 茶

### 給食室から

実りの秋、食欲の秋、運動の秋です。今月は、以上児クラスのお友達は、「芋掘り遠足」がありますね。たくさんのお芋を収穫したり、いつもと違った環境の中で食べる、手作りのお弁当は、とっても楽しみです！  
以上児クラスだけではなく、未満児クラスのお友だちも、とっても、食欲旺盛ですよ！たくさん遊んで、外遊びから帰ってきて「今日の給食な〜に？」と声をかけてくれます。調理室では、子どもたちの声がとても嬉しくて、励みになっています。

調理師 より



