

にいざ



給食だより

令和8年 9月



©新座市 2010

暦の上ではもう秋です

日中は暑い日が続いていますが、朝晩は秋の気配が感じられるようになりました。
この時季は、1日の温度差が大きくなります。体調を崩さないよう、食事や生活リズムを整えて、残暑をのり切りしましょう。

秋の夜空に浮かぶ、美しい月を眺める「お月見」。夏が過ぎ、涼しくなり始めたこの時期に、夜空を見上げて満月を楽しむのは、秋の伝統文化です。

十五夜は別名「中秋の名月(ちゅうしゅうのめいげつ)」とも呼ばれ、無事に稲を収穫できた喜びを分かち合い、感謝する日といわれています。

ススキ、月見団子、お酒のほか、農作物(里芋、栗、豆など)がお月見のお供えものとして知られています。



●献立紹介コーナー● 9月

3日・17日(木) 豚汁風汁物

【西堀保育園ひまわり組リクエスト汁】

豚肉、じゃがいも、人参、糸こんにゃく、木綿豆腐、キャベツが入った、具たくさんの汁を考えてくれました！
たくさん食べてね！

11・25日(金) サバのカレームニエル【新メニュー】

カレー粉を下味でなじませ、小麦粉をまぶし、バターを塗ってこんがり焼きます！

11・25日(金) かぼちゃもち【お月見献立】

まあるいおつきさまに見立てたかぼちゃのおもちです。
お月見気分を味わってね！

お誕生会 鮭ちらし

秋が旬の焼鮭、いりたまご、きゅうり、白ごまを酢飯に混ぜた色鮮やかなちらし寿司です。

★★^{しょうくく いず}食育クイズ★★
お月見のときにかざる、
あきのくさのなまえは
なんでしょう。

<ヒント>

- ・ながいはっぱ ・たかいくき
- ・くきの先に ふわとした
しろっぽい「ほうきみたいなはな」

①たたき ②ほうき ③すすき

市ホームページに、家庭で作りやすいようにアレンジした、保育園給食レシピを掲載しています。
ご家庭でも作ってみてください♪
●9月掲載レシピ 鮭ちらし