



# 給食だより

令和7年9月1日  
ミモザおおとり保育園

朝夕は涼しい風が吹き、少しずつ秋の気配を感じるようになりました。秋は“食欲の秋”とも言われ、美味しい食材がたくさん出回り、実り豊かな旬の食材が食卓をにぎわせてくれる季節です。

給食では、秋の味覚を取り入れた季節メニューが登場します。子どもたちに人気のさつまいもは、さつまいもごはん・さつまいもコロッケ・フライドポテトとして登場し、やさしい甘さを楽しめる献立となっています。また、香り高い松茸ごはんや秋の代表的な魚であるさんまの塩焼きと大根おろしも予定しています。秋は食材の魅力を存分に味わえる季節です。給食では、季節の変化を感じながら、旬の食材ならではの味わいを子どもたちが五感で楽しめるよう工夫しています。



## 8月の食育

うさぎ組では冬瓜を使った食育活動をしました。大きな冬瓜を見せると「なにそれ?」「きゅうりみたい!」と興味津々でした。実際に持ってもらうと「重たい!」「こんなん軽いよ!」とそれぞれの反応を見せてくれました。切断面を見せると種に気付く子もいて、じっくり観察しながら楽しんでいました。普段馴染みの少ない野菜も、食育を通してぐっと身近に感じてもらえたようです。

## らいおんでえ

8月に行われた“らいおんでえ”では、夏ならではのスイカ割りをみんなで楽しみました。大きなスイカを前に順番に挑戦!「もっと右!」「がんばれー!」と大きな声援が飛び交い、見事に割れた瞬間には大歓声があがりました。

お昼ご飯には自分たちでパンにキャベツとハンバーグをはさんでハンバーガーを作りました。キャベツをたっぷりのせて「見て!大きいよ!」と嬉しそうに見せてくれる子や、ハンバーグをドンッと挟んで「美味しそうー!」とにっこりする子もいて、それぞれ自分だけの特別なハンバーガを楽しんでいました。自分の手で作ったハンバーガは格別だったようで、大きな口で頬張りながら、みんなあっという間に完食していました。人気の顔つきチョコバナナは「かわいい!」「顔ついてる!」と大喜びで、フライドポテトやりんごジュースと一緒に楽しいランチタイムになりました。

おやつには、いろんな形で抜いたゼリー入りのフルーツポンチを提供しました。ハートやお花の形を見つけては、「ハートだ!」「お花!」と見ても食べても楽しい思い出に残る一日となりました。

## 今月の旬の食材

まつたけ…11日

さんま…11日

さつまいも…9. 16. 17. 18日

梨…11. 24日

しめじ…3. 8. 26日

かぼちゃ…9. 17. 26. 日

## 9月の平均栄養価(幼児食 屋食・おやつ)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
基準値	590	19~29	13~20
当園見込み	600	22.5	19.5