

# 給食だより 9月号

令和4年8月31日  
—富岡保育園—

残暑お見舞い申し上げます。日本中がコロナ禍の中3度目の夏が終わろうとしています。今年の夏も猛暑という言葉の通り、暑い！熱い！夏でした。暑さの中、熱中症に心配しながらマスクエチケットの調整に苦労された方も多と思います。コロナウイルス感染者数もお盆明けから増加傾向で、まだまだ収束の兆しも見えません。

保育園では給食の時間を心待ちにしている子どもたちですが、本来の“楽しく食べる給食”よりも“静かに食べる給食”になっているようです。おしゃべりを控え、お友達との距離も適度にとるためです。そんな子ども達のためにおいしい給食とおやつを提供しようと私たちも毎日頑張っているところです。この夏も畑の野菜をたくさん使いました。旬の味はとてもおいしく栄養もあり新鮮です。大地の恵みに感謝です。よく食べたメニューを紹介します。



### 主菜

カレー肉じゃが  
ちゃんぽん  
マーボー豆腐  
夏野菜カレー  
ハムカツ  
マカロニチキングラタン  
鶏ささ身のスティックフライ  
豚肉のコーンフ레이크焼き

お好み焼き風卵焼き  
コーンフ레이크チキン  
キッズナゲット  
クリームシチュー  
高野豆腐ハンバーグ



### 副菜・スープ

オクラのごま和え  
マカロニサラダ  
スタミナスープ  
オクラ納豆  
そうめん汁  
ピーマンのツナ和え  
キャベツとオクラのごま和え  
人参とピーマンのジャコ炒め  
トマトときゅうりの南蛮酢和え

南瓜サラダ  
じゃが芋のキンピラ  
かきたま汁  
ワンタンスープ  
トマトと卵のスープ



### おやつ

昆布の天ぷら  
ごまジャコトースト  
ポップコーン  
シュガーラスク  
黒糖かりんとう  
ごま団子  
フライドポテト  
おやつ焼きそば  
ウインナー巻きパン  
黄な粉のホロホロクッキー



保育園の休園で献立の変更もありましたが、全体的にとてもよく食べてくれました。以上児さんも「オレ、ピーマン食べきったよ！」「ピーマン全然苦くなかった！」「ゴーヤも食べてみたらおいしかった」と食べたことを嬉しそうに話してくれました。夏野菜カレーでは、南瓜、ピーマン、なす、トマトを使いましたが、単品では苦手な野菜でもカレーとなると違います。「先生見とって、食べるけん！」と言って食べていました。苦手なものが一つずつ食べれるようになると嬉しいですね。夏休みで大所帯の学童さんもたくさん食べてくれました。人数も増えた分、作る量も増え給食室も忙しく動いてましたが、毎回空っぽの鍋やボールが返ってくるので私達も作り甲斐もあり嬉しく思います。おやつでも時々学童さんの“手”を借りることもありました。とても助かり頼りになる学童さんでした。先日学童さんの日記を読ませてもらいとても嬉しかった事がありましたので紹介します。「今日のきゅうしょくおいしかったです。夏やさいカレー、オクラでした。オクラが口の中でとろけるみたいにおいしかったです。カレーもほんとうにおいしかったです。いつもおいしいきゅうしょくありがとうございます😊ぼくはきゅうしょくがだいすきです。ほんとうにありがとうございます😊まつもとりく」。そして学童さんはクッキングでペットボトルピザを作りました。毎年作っていますが、とても手際も良く上手です。いつも職員にもおすそ分けでおいしいピザをいただきます。このように給食やおやつの手伝い、クッキングなどを通して夏休みのいい思い出が出来た事を私達、給食担当者も嬉しく思います。

## 9月の食育ノートははし、スプーンを正しく使おう！！です。

「はしづかい」とは何でしょうか。それは日常の生活で指を十分に使い上手にはしでさばいて食べることです。はしが正しく持てるようになったらチャレンジしてみましょう。

- ① ごはんを乗せる
- ② 豆をつまむ
- ③ 煮物（イモ）を挟む
- ④ 納豆を混ぜる
- ⑤ 魚をほぐす



- ⑥ のりでくるむ



- ⑦ うどんを挟んで切る



- ⑧ 一口サイズに切り分ける



じょうずなはしさばきは、「一生の宝」です！

食育サポートブックより