



令和6年9月
栄養士



夏の暑い日差しもだんだんと和らぎ、虫の鳴き声も蝉から鈴虫に変わって来ましたね。秋が近づいてきたように感じます。秋はたくさんの食材が旬を迎えます。9月の献立は旬の果物や野菜、きのこなどをたっぷりと使用した献立になっています。夏の暑さで疲れた体に栄養をたっぷりと摂り、食欲の秋を楽しみましょう。

8/20には、夏野菜をたっぷり使ったカレーライスを提供しました！
何が入っているか分かったかな？

8月の給食は夏にぴったりなものをたくさん提供しました！
暑くてもたくさん食べてくれました😊



思い思いに
ぺたぺた…

月組さんは夏野菜を使って野菜スタンプをしました！
楽しみながら野菜に興味を持ってくれました。
世界に一つだけの野菜のアートができたね！



器用に筆も使います

大作の完成！

太陽さんは、おやつサイダーフルーツポンチを自分で盛り付けました！自分で選んで作ったらさらに美味しいね！
楽しく取り組めていました🍌🍎

今回はバナナ、りんご、みかんの缶詰から好きなものを選んで自分で取りました！最後にしゅわしゅわのサイダーを注ぎました！
夏の暑さも吹き飛ばすおやつとなりました。



今月の二十四節気

【白露】 はくろ：9月7日

秋が深まり、草花に朝露がつきはじめる頃という意味です。空は高くなり、秋雲がたなびくようになり、本格的な秋の到来です。また、実りの秋の前に台風が心配な時期でもあります。

【秋分】 しゅうぶん：9月22日

昼夜の長さがほぼ同じになる日で、この日を境に日が短くなり、秋の夜長に向かいます。秋分の日には彼岸の中日で前後3日間を秋彼岸といい、先祖のお墓参りをする習慣があります。「祖先を敬い、亡くなった人をしのぶ日」として国民の祝日になっています。