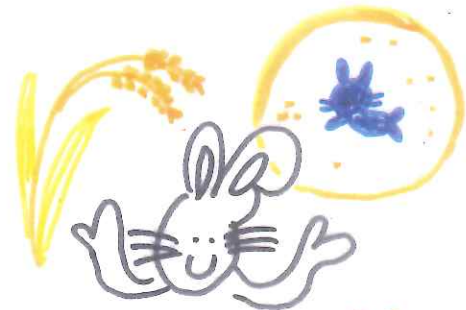


# 給食だより

令和4年度9がつ  
立場りびと保育園



まだまだ残暑が厳しいですが、雲の流れや  
日の短さが秋の訪れを感じさせてくれる  
季節となりました。秋は食欲も高まる季節。  
反面、夏バテの影響が出て体調をくずし  
やすい時でもあります。食事の栄養バランスと  
十分な睡眠をとりましょう!

秋はおいしい食物がたくさん収穫  
できる季節です。

秋まわりは収穫をよろこぶお祭りです。  
毎日おいしく食事がいただけることに  
感謝をして、夏の日ざしをたくさんあび  
ている食物をいただきます!



## 9月の食育

- 1つ見食育 → 食器をささえて食事をするマナーを学ぼう!!  
食器をささえて、食器と仲良く  
はり楽しく食事をしよう!!
- 2つ見食育 → 食具のマナーを楽しく学ぼう!!  
フックやスポンの使い方を  
身に付けよう!! 次のステップはお箸!!

く十五夜  
9月のまはから10月にかけて  
「中秋の名月にはお月見を  
たのしませよう。」

すすきをとりまき飾り、月見団子やお菓  
くり、柿やブドウなど、おいしい秋の  
食べ物を月に供え、月見団子は  
「三方」にのせましよう。

食事は丸いお月さまに見ま  
ごちそうを作り、家族で  
お月見をたのしんで  
みてはいかがで  
しょうか..

