



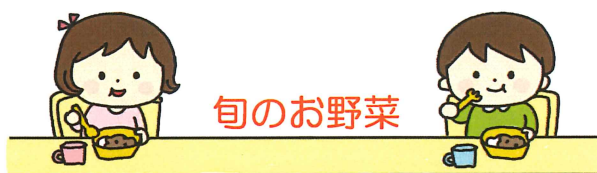
2020年9月
はあと保育園中央
〒753 - 0813
山口市神田町4-22
TEL
083-941-5580
[http://www.seirankai.or.jp/
topic/island](http://www.seirankai.or.jp/topic/island)
園長 蔭 英朗

日差しにはまだ夏の名残もありますが、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。

秋は食欲の高まる季節ですが、反面、夏バテの影響が出て体調をくずす心配もあります。栄養バランスのよい食事と、しっかり睡眠をとるようにして体調管理には気を付けましょう。

秋の彼岸におはぎ

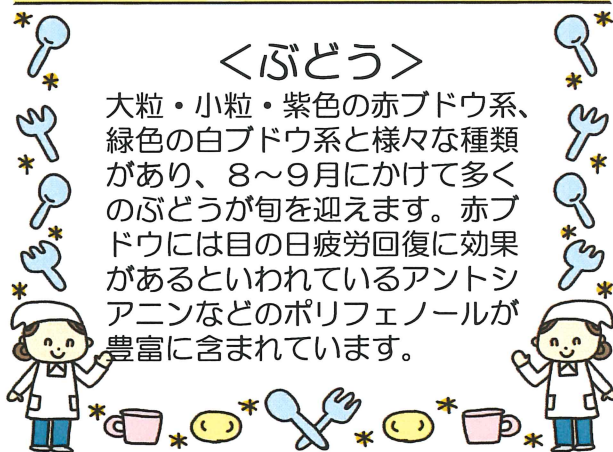
お彼岸は春と秋にあります。どちらももち米とあんこを使った食べ物をお供えます。春は「ぼたもち」、秋は「おはぎ」と呼びますが、秋のおはぎは収穫したばかりの皮までやわらかいあずきで作った粒あんを使い、春のぼたもちはこしあんを使います。



旬のお野菜

<ぶどう>

大粒・小粒・紫色の赤ブドウ系、緑色の白ブドウ系と様々な種類があり、8～9月にかけて多くのぶどうが旬を迎えます。赤ブドウには目の日疲労回復に効果があるといわれているアントシアニンなどのポリフェノールが豊富に含まれています。



お知らせ

- うみ組試食会
9月5日(土)
- ほし組試食会
9月12日(土)
- お誕生日会
9月25日(水)

9 OYA塾へのご参加ありがとうございました

8月22日にOYA塾を実施しました。たくさんのご参加ありがとうございました。透明のプラカップを使用し、簡単なパフェを作りました。材料として、みかん缶、コーンフレーク、バナナ、パイン缶、生クリーム、アイスクリーム、チョコソースを使用しました。それぞれ可愛い美味しそうなパフェを思い思いに作られている姿を見る事ができました。お家でも是非やられてみて下さい。



給食や食育に関するご意見・ご要望・ご質問など、ご遠慮なくお寄せください。また、お子様の園の給食についての感想やおうちでの食事の様子についても保育に関わるものがあればお寄せいただければ幸いです。

