

# 給食だより



令和4年 9月  
上布田保育園 給食室

梅雨明けが早く、長い夏でしたね！それでも朝晩が涼しく感じるようになり、少しずつ秋の訪れを感じるようになりました。秋は身体もぐんと大きくなり、食欲も増す時期です。「たっぷり遊んでしっかり食べてぐっすり眠る」ことはとても大切なので、爽やかな秋の日に外遊びをたくさんしていきましょう♪

## 9月1日は防災の日！



献立表でもお伝えしましたが、毎年1日は保育園で備蓄している非常食を使って、給食とおやつを作っています。今年は「即席うどん」と「缶詰めの切り干し大根」、魚のねぎみそ焼き、メロン、「フルーツ缶」を使ったフルーツヨーグルトにしました。簡単ですが、ご紹介しますね。



即席めんと缶詰だけでは給食としては足りないので、お魚とデザートもつけました！ おやつはフルーツヨーグルト  
保育園では子ども達が3日間食べられるような非常食を用意しています。アルファ米や即席麺、パンの缶詰、煮豆やひじきの缶詰、乾燥野菜、みそ汁、ビスケットなどなど・・・。年齢の小さい子どもたちにはすぐに食べられる、すぐに飲めるものがあるといいですね。赤ちゃんがいるおうちではベビーフードやミルクの備蓄も必要です。昨今は台風などでも非常食が必要になるかもしれません。年に一度賞味期限の確認や味見も含めて家族みんなで「非常食を食べる日」を作ってみてはいかがでしょうか。

～給食室もこの日は年に1度、非常食を作る練習の日です。アレルギー食材が含まれていないか、加熱時間、味、大きさなど・・・たくさん確認しています～



今年は初めての即席うどん！



乾燥めんが入っています



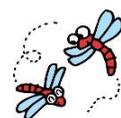
スープとかやくも・・・



さくらさんでは「ほうさいのひ」について話し合い・・・



アルミの袋にめんとスープを入れてお湯も入れて・・・



アルミの袋が食器  
の代わりになります



切り干し大根の缶詰もたくさん！



お肉も野菜も入れて、だしも使って味つけましょう♪



当たり前のように食事が食べられるって・・・幸せですね

