9月 きゅうしょくだより

北海道教育大学附属函館幼稚園　2023年　9月　1日

いよいよ運動会が近づいてきました！
当日の晴れを祈るばかりですね。しっかり食べて元気をつけましょう！

今月の給食費
2,500 円
（全クラス）

9月の給食予定

月	火		水		木		金	
							1日	全クラス おべんとう
おべんとうなし	5日	全クラス 米飯給食	6日	ゆき・つき おべんとう	7日	全クラス パン給食	8日	午前保育 おべんとうなし
振替休日	12日	全クラス 米飯給食	13日	ゆき・つき おべんとう	14日	全クラス パン給食	15日	全クラス おべんとう
敬老の日	19日	全クラス 米飯給食	20日	ゆき・つき おべんとう	21日	全クラス パン給食	22日	全クラス おべんとう
おべんとうなし	26日	全クラス 米飯給食	27日	ゆき・つき おべんとう	28日	全クラス パン給食	29日	全クラス おべんとう

9月のパンメニュー

米飯の献立は、裏面をご覧ください

【9月7日(木)】
- メイプル塩パン
- ツナマヨパン
- 青りんごゼリー
- 牛　乳

【9月14日(木)】
- まめパン
- てりやきチキンピザパン
- とろけるプリン
- 牛　乳

【9月21日(木)】
- メロンパン
- カレーパン
- 元気ヨーグルト
- 牛　乳

【9月28日(木)】
- まるぱん(2個)
- ミネストローネ
- 十五夜ゼリー
- 牛　乳

最終木曜日はスープの日！

まだまだ夏!?を乗り切る　梅パワー

食欲がわく

酸っぱい刺激を脳が感じるとだ液が出やすくなり、だ液が出ると消化器官も刺激され胃も活発に働き、食欲が高まります！

つかれがとれる

暑いだけで体力が消耗し疲れやすくなります。梅に含まれるクエン酸やリンゴ酸などの有機酸には疲労回復効果があります！

食中毒を防ぐ

梅干しに含まれる梅リグナンという成分には、抗菌・殺菌の働きがあり、食中毒を防止してくれます。