

9月 給食だより



まだまだ、残暑が厳しいですが、セミの鳴き声から秋の虫たちの声に季節の変わり目を感じます。

夏の疲れが出やすいこの時期、まずは体をゆっくり休めることが大切です。

栄養バランスのとれた食事で疲れを飛ばしましょう！



9月1日は防災の日！

約100年前の9月1日に起こった災害をご存じですか？1923年の9月1日に起こった地震は

「関東大震災」と言われ死者・行方不明者は推定10万5000人にも及ぶといわれます。災害による被害を繰り返さないために9月1日は防災の日としハザードマップ、避難経路場所の確認、非常食・備蓄品の見直しを行い災害に備える日とされました。



別府つくし保育園では…

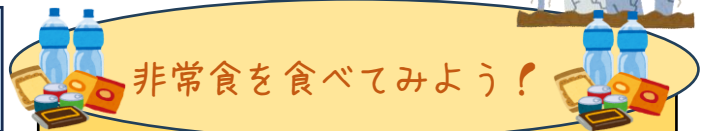


災害はいつ発生するかわからないため日々の備えや心構えが大切です。では、別府つくし保育園ではどのような備蓄をしているのかをご紹介します。



現在給食室で保管している非常食は水、乾パン、アルファ米、味噌汁などです。28品目不使用の物も多くアレルギー児にも提供可能となっています！

非常食を食べてみよう！



非常食なのに食べるの？と思う方もいるかもしれませんが、いざ食べる時に味が苦手という方もいます。子どもたちは味覚も鋭いため私たちよりも苦手に思うでしょう。そのため、一度食べてみることで作る際の工程、必要になるもの、食べた感想を知ることができます。この防災の日をきっかけに一度非常食を食べてみてはいかがでしょうか？

園での焼き芋パーティーでは外で調理します。実際に薪で火をおこし調理することで子どもたちも楽しみつつ私たちの災害時の訓練にもつながっています。

災害時の水は貴重品！

洗い物を出さないカレーの作り方！

～材料～

- ・ウインナー 50g (生肉も可)
- ・人参 1/4本
- ・玉葱 1玉 ・鶏ガラだし 5g
- ・じゃがいも 2個
- ・水 適量
- ・カレールー 適量
- ・高密度ポリエチレンビニール



【作り方】

- ・人参⇒いちょう 玉葱⇒千切り じゃが芋⇒角切り (この時クッキングシートの上で切るとまな板を汚さず捨てるだけ！)
- ・ビニール袋に具材を入れて水と鶏ガラを入れます。
- ・袋の空気を抜いて閉じ、鍋に水を入れ沸騰したお湯に袋ごと入れます。
- ・袋の中の具材に火が通ったら袋の中でルーを溶かす
- ・鍋に残ったお湯はアルファ米に使用できる。
- ・どんぶりに袋ごとおいて完成！

※洗い物も減り+水の有効活用もできます！