

### お月見を楽しみましょう

今年は10月1日が十五夜です。月見だんご、すすき、秋の食材を供えて、お月見をする風習があります。この頃の月を「仲秋の名月」と呼んで、「いちばんきれいな月」として眺めてきました。

保育園ではぞう組さんがお団子を作るそうです。おやつ時間にみんなにごちそうしてくれる計画を立てました。まるく丸めるのは、なかなか難しいですが頑張って作ってくださいね。しょうゆ団子にして食べましょうね。

### 畑の野菜はおいしいね。

坊ちゃんかぼちゃをたくさん収穫できたのでコロケを作りました。ほくほくして甘くておいしかったです。今度は、かぼちゃパイをうさぎ組さんが作ります。頑張ってくださいね。枝豆ごはんは、うさぎ組、ぞう組はおかわりして食べましたが、りす組は豆の青苦さを感じて進まなかったようです。今度はグリーンピースごはんにしたいと思います。

## きゅうしょくだより

### 食事のお約束

① 食事の前には（ ）をきれいにしましょう。

答え・・・手

② 食器を並べましょう。

答え・・・おちゃわんは右側 おわんは左側

③ 食事のあいさつをしましょう。

答え・・・食べる前はいただきます。

食べ終わったらごちそうさまでした。

### 五目納豆

材料（1人分）

納豆30g ハム10g ほうれん草20g チーズ5g  
しょうゆ2g

作り方

- ① ほうれん草は茹でて切る。
- ② ハムはせん切りにする。
- ③ 納豆、ほうれん草、ハム、チーズを混ぜてしょうゆで和える。