



給食だより



かやの実保育園 給食室

愛情ギュッとず〜っとはむらひ

まだ暑さがありますが、9月23日の秋分の日を迎え、暦の上では秋となります。秋といえば、食欲の秋ですね。季節ごとの言葉として、『春は苦味 夏は酸味 秋は甘味 冬は厚味』という言葉があります。秋は甘味という通り、果物や芋類など夏に比べて、酸味が少なく、甘味が強い食材が増えてきます。またビタミン、ミネラルが豊富で、冬に備えた身体作りに役立つとされています。給食でも旬の食材が登場します。楽しみにしてください♪

〇おはぎとぼたもち〇

『おはぎとぼたもち』給食でも登場する料理です。基本は同じ料理なのですが、実はちょっとした違いがあるのを知っていますか？

◎季節◎

ぼたもち：春に咲く牡丹に見た目が似ているなどの理由から春とされている。

おはぎ：萩の花が咲く秋のころに食べるなどの理由から秋とされている。



◎あんこ◎

ぼたもち：皮が固くなることから、基本的にこしあんが多いとされる。

おはぎ：小豆が旬の為、皮がやわらかく香り食感を楽しめるように、つぶあんが多いとされる。

補食予定献立表

日付	補食	日付	補食
1.29 月	ふりかけ ごはん	8.22 月	ふりかけ ごはん
2.16 火	ゆかり ごはん	9.30 火	混ぜ ごはん
3.17 水	わかめ ごはん	10.24 水	ふりかけ ごはん
4.18 木	ふりかけ ごはん	11.25 木	ゆかり ごはん
5.19 金	混ぜ ごはん	12.26 金	わかめ ごはん
6. 20 土	焼き おにぎり	13.27 土	焼き おにぎり

〇9月食育予定〇

☆17日 レストランごっこ（幼児）

★22日 マスのつかみ取り（らいおん組）

★24日 流しそうめん（らいおん組）

☆26日 ホットケーキ作り（たぬき組）

☆29日 群馬県 郷土料理

なにができるか、楽しみにしてください♪

☆マークの日は、エプロン、マスクの準備をお願い致します。

他にも昼食材料紹介や、食材の下ごしらえなどを予定しています。

