



# 7月 給食だより



## 七夕のおはなし

さくら保育園 給食室

7月7日といえば「七夕」ですね。保育園では笹飾りを飾ったり、七夕会食を行ない、七夕の由来を子どもたちに伝えます。

七夕の行事食といえば「索麺（そうめん）」です！七夕に索麺を食べる習慣は平安時代から続いているものですが、当時は今のような索麺ではなく「索餅（さくべい）」という小麦粉を練って油で揚げたものを食べていました。索餅は中国で病気が流行らないようにという願いを込めてお供えされる食べ物で、それが日本に伝わってきました。長い歴史の中で徐々に変わっていき、今の索麺を食べるという習慣に変わっていったのです。

給食では索麺だけでなく、旬の夏野菜を使った料理を食べます。楽しみにしていて下さい♪

### 郷土料理～山口県～

#### 貝汁

シンプルに具材はあさりのみ、あさりの出汁がきいた味噌汁です。

#### チキンチキンごぼう

学校給食から県内全域に広まり、山口県民に親しまれている料理で、鶏の唐揚げと素揚げしたごぼうを甘辛いタレで絡めており、ご飯に合う一品です。




#### つしま

日持ちする常備菜である保存食として重宝されていたため、生のものは使わず、全ての具材に火を通すのが特徴の料理。出汁や醤油などの調味料とともに煮て作ります。

#### ういろう

山口県の外郎はワラビ粉を使うことでブルブルとした弾力と、モチモチとした食感が特徴です。

### 今月の食育活動

- とうもろこしの皮むき  (7日：そら 21日：かぜ)
- 枝豆もぎ (12日：そら 26日：かぜ)
- カップケーキ作り  
11日：かぜ 3・4歳  
18日：そら 3・4歳  
26日：ゆり 
- かき氷作り   
(3日：たんぼぼ)  
(5日：そら 6日：かぜ)

### 補食予定献立表

日付	補食	日付	補食
3,31 月	ごましおごはん	10,24 月	ふりかけごはん
4,18 火	ゆかりごはん	11,25 火	わかめごはん
5,19 水	わかめごはん	12,26 水	ゆかりごはん
6,20 木	ふりかけごはん	13,27 木	おかかごはん
7,21 金	おかかごはん	14,28 金	ごましおごはん
1,8,22 土	焼きおにぎり	15,29 土	焼きおにぎり

さくら保育園では毎日の給食の写真を  
Twitter で公開しています！

(Sakura\_Hoikuen)