



10月 給食だより

さくら保育園 給食室



食欲の秋、スポーツの秋、天気が気持ちよいシーズンの到来です。たくさん体を動かしてお腹を空かせて、秋の美味しいごはんや旬の食材を食べたいですね。今月は、秋の魚サンマをゆり組では骨つきのまま焼き魚で提供します。魚には骨があること、骨つきの魚の食べ方も知ってもらいたいと思います。また、さつま芋やきのこなど旬の食材を使った食育や、ハロウィンメニューとしてミイラウインナー作りなど、楽しみながらできる活動を行ないます。できあがったミイラたちはX(旧 Twitter)で紹介します。お楽しみに！

☆ 今月の食育 ☆

たんぽぽ

茶巾しぼり 3日

しめじほぐし 12,26日

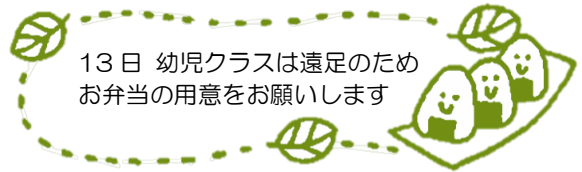
さつま芋クッキー作り 1日

幼児

茶巾しぼり 3日

ミイラウインナー作り 27日

(27日はエプロン・三角巾の準備をお願いします)



13日 幼児クラスは遠足のためお弁当の用意をお願いします

舞茸ほぐし 10日(かぜ)

24日(そら)

その他…

ごはんの日はお米ときをしませ

《災害時対応献立》

保育園では、災害時でも給食が提供できるよう備蓄をしています。17日は、災害によって水道・電気・ガスが止まってしまった想定で訓練を行ない、災害時対応献立になります。

郷土料理

肉汁 邑南町出羽(いずわ)地区では、戦後しばらくまで中国地方三大市場といわれた牛市が開かれていました。当時、屋台や宿屋で仲買人が食べた料理が「肉汁(にくじる)」です。

軽食：花持ち 桃の節句のお菓子として松江市を中心とする島根県出雲地方に伝わる伝統的なお菓子です。型を使ったユニークなかたちと彩りが特徴です。



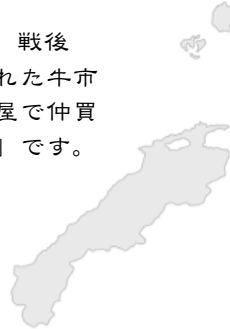
さくら保育園では、毎日の献立の写真を

X(旧 Twitter)にて公開しています

(@Sakura_Hoikuen)



～ 島根県 ～



赤天 島根県・浜田の名物練り物「赤天」。名前の由来は、切ってみると現れる赤い断面。練り物に赤い色をつけ、ピリ辛味に仕上げた独特な蒲鉾です。パン粉をつけて揚げてあるので、サクサクとした食感も特徴です。

補食予定献立表

| 日付 | 補食 | 日付 | 補食 |
|----------|---------|--------|---------|
| 2,26,30月 | ごましおごはん | 23月 | ふりかけごはん |
| 3,17,31火 | ゆかりごはん | 10,24火 | わかめごはん |
| 4,18水 | わかめごはん | 11,25水 | ゆかりごはん |
| 5,19木 | ふりかけごはん | 12,26木 | おかかごはん |
| 6,20金 | おかかごはん | 13,27金 | ごましおごはん |
| 7,21土 | 焼きおにぎり | 14,28土 | 焼きおにぎり |