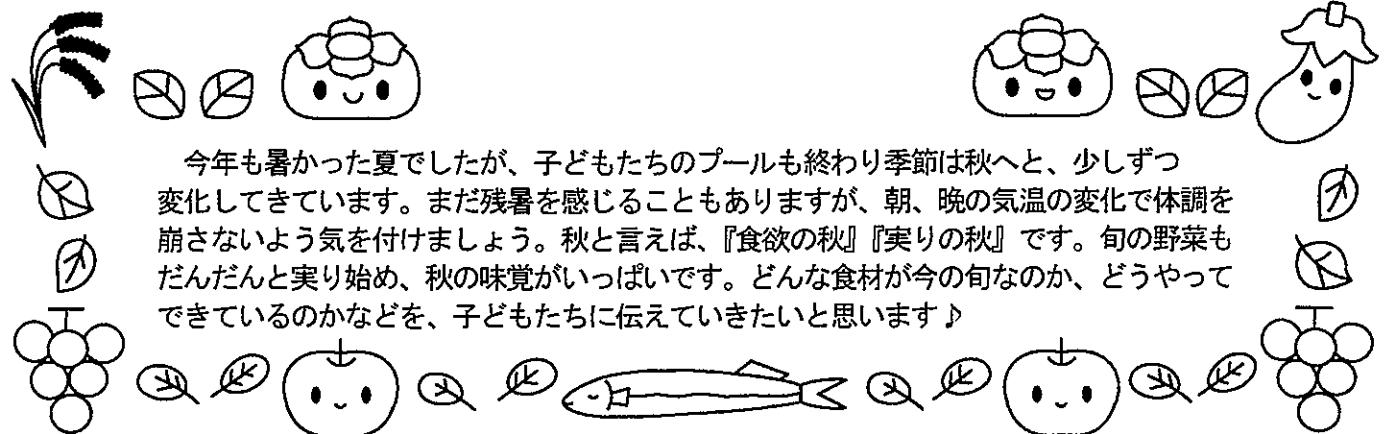


給食だより

9月号

2017.8.31 ひまわりいしうち保育園



今年も暑かった夏でしたが、子どもたちのプールも終わり季節は秋へと、少しづつ変化してきています。まだ残暑を感じることもありますが、朝、晩の気温の変化で体調を崩さないよう気をつけましょう。秋と言えば、『食欲の秋』『実りの秋』です。旬の野菜もだんだんと実り始め、秋の味覚がいっぱいです。どんな食材が今の旬なのか、どうやってできているのかなどを、子どもたちに伝えていきたいと思います♪

秋分の日【秋のお彼岸】

昼と夜の長さが同じになる日で、秋分の日の前後3日間を含めた7日間は『秋のお彼岸』と呼ばれ、先祖が帰ってくることから、お墓参りをする習慣があります。小豆には、邪氣を払う効果があると信じられていたために、お彼岸の頃にはおはぎを仏壇に供えるようになったといいます。春のお彼岸に供える『ぼたもち』の呼び名が牡丹の花から取られているのに対し、秋のお彼岸の『おはぎ』は秋の七草の『はぎ』から取られているという説があります。

8月3日 ★そうめん流し★

幼稚組でそうめん流しをしました。どのクラスもよく食べ、たくさんあったそうめんはあつという間になくなりました。『先生早くー！流していいよー』と言う子どもや、『よっしゃ！めっちゃ取れた！』とお椀いっぱいになっている子どももあり、流れてくるそうめんを上手に取っていました。ゆりぐみさんには、園で収穫したミニトマトを時々流し、つかむのが難しいトマトに子どもたちは興奮状態。トマトもお箸を使って上手に取ることができ、夏の行事を楽しむ子どもたちの楽しそうな笑顔をたくさん見ることができました。

給食レシピ ～月見汁～

【材料】4人分

| | | |
|-------|----|----------|
| ・里芋 | .. | 150 g |
| ・玉ねぎ | .. | 50 g |
| ・人参 | .. | 50 g |
| ・葉ねぎ | .. | お好みの量 |
| ・だしの素 | .. | 小1 |
| ・みそ | .. | 40 g |
| ・水 | .. | 550 c.c. |

【作り方】

- ① 里芋は皮をむき一口に切り、さっと下茹でします。
- ② 玉ねぎは薄切り、人参はいちょう切り葉ねぎは小口切りにする。
- ③ 鍋に水を入れ、沸騰したら里芋、玉ねぎ、人参を入れ沸騰するまで煮ます。
- ④ だし、みそで調味して葉ねぎを入れて完成です。

9月14日は十五夜です。

『十五夜』『中秋の名月』と呼ばれる秋の実りに感謝する日です。行事食には月見団子や里芋(衣かつぎ)などがあります。採れたばかりの作物をお供えし美しい満月を眺め収穫に感謝します。里芋は一つの株から子株がたくさん増えることから子孫繁栄の縁起物とされています。ご家庭でも、年に1度のお月見を楽しんでみてください。