

給食だより

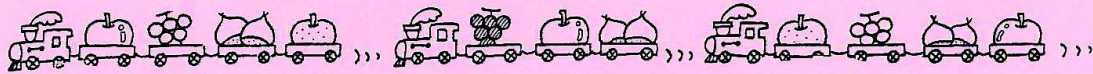
平成24年9月1日 会津報徳保育園



まだまだ残暑が厳しいですが、鈴虫の鳴き声や日の短さが秋の訪れを感じさせてくれる季節となりました。

少しずつ夏の活動の疲れが出始める頃ですので、旬の食材をたくさん取り入れて、疲れにくい体作りをしましょう。

収穫の秋、実りの秋ですので、魚や野菜、果物など秋ならではの味覚を楽しんでみてはいかがでしょうか。



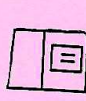
…「いただきます」「ごちそうさま」の意味…



食べ物には、食材を育てる人、収集・運搬する人、調理・盛り付けをする人など、たくさんの方が関わっています。

また、ただ食べます。という意味だけでなく、さまざまな動植物の「命をいただきます。」という意味も込められています。

いろいろなことに心から感謝して、食事をしましょう。



食育活動



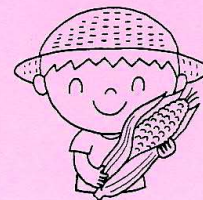
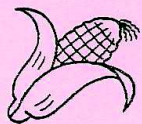
1日 すいか割り(全クラス)

大きいすいかを目の前にして、糖どうな子ども達の声の間聞こえてきました。自分たちが割ったので、とても喜んで食べていました。



24日、29日 どうもろこしの皮むき(たんぼぼ・もも組)

どのクラスのお友達もお手伝いをお願いすると、どうもろこしの皮むきも、もうお手の物！と言わんばかりに、はりきって活動してくれます。前回の青虫がトラウマになっている子も、みんなの給食やおやつになると、一生懸命頑張ってお手伝いしてくれました。



ちょこっとレシピ♪



食事調査アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。その中でも質問の多かった、保育園ではおなじみの「むらくも汁」についてご紹介します。

…むらくも汁…

むらくも汁は漢字で書くと「群雲汁」と書きます。

溶き流した卵が汁の中に広がり、それが空にたなびく「群雲」のように見えることから付いた名前だそうです。

最後の仕上げに、卵がふわふわになるように少しずつ流し入れるといいですね。

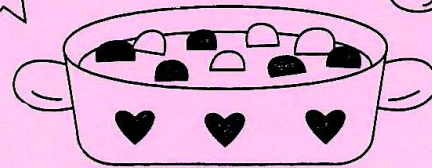


【材料】

- ・じゃがいも…2個
- ・にんじん…1/2本
- ・長ネギ…1/2本
- ・紅かまぼこ…1/2本
- ・絹豆腐…1/2丁
- ・塩…少々
- ・しょうゆ…適量
- ・卵…2個

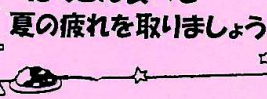
【作り方】

- ① じゃがいも・にんじん・長ネギ・紅かまぼこは千切りにし、豆腐はさいの目に切る。
- ② だし汁にじゃがいも、にんじんを入れて煮て、長ネギ、紅かまぼこも加えて煮る。
- ③ 野菜が煮えたら、豆腐を加えひと煮たちしたら塩、しょうゆで味つけをする。
- ④ 卵は溶き、③の中に渦巻き状に流し入れれば出来上がり☆



今月の目標

たくさん食べて夏の疲れを取りましょう



☆まだまだお弁当のご飯が傷みやすい時期です。引き続き、白飯に梅干しをお願いします。また、ご飯が冷めてからふたをしめましょう。

今月の予定

- 14日 お誕生会
- 17日 敬老の日
- 22日 秋分の日
- 29日 親子芋煮運動会

* 材料の都合により献立が変わることがあります