

給食からのおたより



10月号

面川報徳保育園

10月は昔から「天高く馬肥ゆる秋」といわれたように、収穫の秋、食欲の高まるさわやかな季節です。新米、いも、野菜、魚など旬のものが豊富に出回るのので、ご家庭でも大いにお楽しみ下さい。



十五夜



昔の人々は、月の満ち欠けを見て月日を知り、田畑の仕事に役立てていました。秋の満月は特にきれいなので、眺めて楽しみ、実ったものをお供えして豊作に感謝したのです。

保育園でも9月25日十五夜を行いました。

ステージにすすきを飾り、だんごを十五個、野菜を十五種類をお供えしました。また、だんごの作り方を子どもたちに見せたり、年長児にはお供え用のだんごも丸めてもらいました。当日は様々な形のおだんご見ていただけましたか？

そして、3時のおやつには豆腐と団子粉で作った、きなこ味の月見団子をみんな喜んで食べました。

今年の十五夜はとても美しかったですね！！



栄養すいとん

材料(5人分)

絹ごし豆腐... 1 / 4丁
だんご粉... 100g
人参... 1 / 4本
油揚げ... 1枚
豚肉... 100g
小松菜... 適量
しょう油... 適量

今月のミニレシピ

人参・油揚げはせん切り、豚肉は2cmにきる。
鍋に水を入れ沸いたら を入れる。
しょう油で味をつける。
だんごの粉に豆腐を入れ耳たぶ位のかたさに練る。
を団子状にし、 に入れる。
が浮いてきたら、小松菜を入れる。

十五夜の月見団子もすいとんと同じ作り方です
団子粉だけよりもやわらかく食べやすいです
時間のある時にお試し下さい

今月の行事

- 13(土) わくわくランド(3・4・5歳児)
お便りをよくご覧下さい
- 18(木) 誕生会
お弁当包みにはしだけ包んで
持たせて下さい
- 20(土) 創立記念日



しっかり食べて
元気に運動しよう

