



# 給食だより



秋号

日中はまだ暑さが残りますが、朝夕の風は秋の気配を感じられるようになりました。

秋といえば実りの秋、食欲の秋です。1年中で1番食べ物の美味しい季節です。子どもの頃から食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要なことです。

保育園給食でも旬の野菜、果物を取り入れ子どもたちに実際に観て触れたりしています！！

## 食育

夏はどうもろこしの皮むきをはなくみと幼児クラスの子どもたちに  
むいてもらいました。とても上手にできていました！



ぞらぐみさんはいんげんを育てて給食室で茹でたのを食べました！

幼児クラスでほしくみさんが栽培したトマトを使って餃子ピザをホットプレートで作りました。

エフロン・三角巾を着けてクッキングし、みんな嬉しそうに食べていました。



にじくみさんが栽培したゴーヤを使ってゴーヤチャンフルーをホットプレートで作りました！！

自分たちで育てたゴーヤの種を取り、1人ずつ子ども用包丁でゴーヤ切りにチャレンジ！

「包丁を持つ手はしっかりとにぎる」「野菜を押さえる手は猫の手」の説明をしっかりと聞いていたにじくみさん先生と一緒に切りましたが、みんな真剣なまなざしで切っていました。

ホットプレートで子どもたちが順番に炒め、みんなで美味しく食べました。



## お月見カレー



9月29日は十五夜にちなんで、お誕生会メニューをまんまるお月様に見立てたカレーを作りました！ぜひお家でも作ってみてください

### 材料

- 豚ひき肉・・・240g
- 玉ねぎ・・・大1個
- 人参・・・1/2本
- 油・・・大さじ1
- 小麦粉・・・小さじ2
- カレー粉・・・1.2g
- 中濃ソース・・・大さじ1
- ケチャップ・・・大さじ1と1/2
- 砂糖・・・小さじ1/3
- 鶏ガラスープ・・・4.8g
- ウインナー・・・2本
- ブロッコリー・・・1/2房
- ケチャップ（装飾用）

### 作り方

- ① 玉ねぎ、人参はみじん切りにする
- ② 鍋に油を入れて豚ひき肉を炒める
- ③ みじん切りにした玉ねぎ、人参を柔らかくなるまで炒める
- ④ 耳用のウインナーを縦半分に切り、半分を斜に切りさっと焼く
- ⑤ ③の鍋に調味料を入れて味を調える
- ⑥ 小麦粉を加えてとろみをつけて出来上がり
- ⑦ 炊いたごはんを楕円形に作ってお皿におく
- ⑧ ⑦のごはんにうさぎの耳にみたてたウインナーを2本さす
- ⑨ ケチャップで目を書いて、周りにカレーをかけ、ブロッコリーをトッピングして出来上がり♪

