



9月給食だより

令和5年9月1日発行
両国・なかよし保育園 栄養士

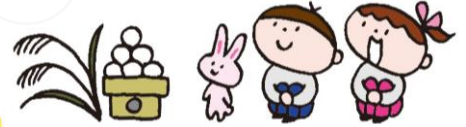
厳しい夏の暑さがまだ続いていますが、秋の味覚のおいしい時期が近づいてきました。さんまや栗、きのこ類、ぶどう、梨とたくさんの食材が旬をむかえます。給食でも秋を感じられるよう、旬の食材を取り入れていきたいです。

また、9月1日は防災の日です。非常食や食べ慣れているお菓子を賞味期限ごとに買い替えるなど、もしもの時のための対策をしましょう。

* 十五夜とお月見 *

十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜にかけて15個のお団子をお供えします。“芋名月”という別名もあり、“さといも”や“さつまいも”もお供えします。さらに、つるのある食べ物を十五夜にお供えすると月と人とのつながりを強くするということで、ぶどうを食べます。どれもこの時期に旬をむかえる食材です。

今年の十五夜は9月29日（金）です。お月様の見えるところにお団子などを供えて、感謝の気持ちを伝えましょう。



とうもろこしの皮むき

8月16・30日（水）におやつで使用するとうもろこしの皮むきをちゅーりっぷ組にお手伝いをしてもらいました。とうもろこしの髭を触ってみたり、匂いを嗅いでみたり、自分からとうもろこしに触れ、皮むきを楽しみにする様子が見られました。最初は固い皮にとまどう姿もありましたが、みんな上手に皮をむいてくれました。

給食の時間から「とうもろこしはいつ？」という声が聞こえ、おやつのとうもろこしを楽しみにしていました。おやつでは芯付きのとうもろこしを上手にかじり取って食べていました。



8月 食育集会

今月の食育集会は「すいか割り」を行いました。大きなすいかをみて子どもたちは大興奮！すみれ組はみんなの応援ですいかめがけて一直線、みんな上手に棒をすいかに当てることができていました。ゆり組・ひまわり組は目隠しをして、みんなの声を頼りに慎重に歩を進めながらすいか割りを楽しむことができました。割ったすいかは給食でおいしく食べました。

