

給食だより

2017年10月



さんい保育園有明
重田奈々子

★ひつじ組★



プチパンケーキ作り

9月13日にひつじ組でプチパンケーキ作りを行いました。

まずは生地作り！ひとつひとつ材料を確認しながらボウルの中へ☆初めて使う泡だて器も上手に使いこなしていました。生地が出来たらホットプレートに生地を流し込み焼きの工程へ！刻々と変化する様子に釘付けの子ども達。「ぷつぷつしてきたー」、「いいにおーい」、「もう焼けた？」、「まだまだ～」と会話を楽しんでいました。ひっくり返し、きつね色に焼けた生地が顔を出すと、「おお～」と大歓声！！

最後にフルーツとクリームでデコレーションをし、プチパンケーキの完成です。とってもおいしそうなおパンケーキが出来上がりました！！

秋の実いを食卓に取り込み 豊かで健康的な食生活を！

読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋などといいますが、10月は何を
するにも気持ちのよい季節ですね。また、この時期は「食欲の秋」「実
りの秋」でもあり、新米をはじめ栗、きのこ、さつまいも、柿などおい
しい食べ物が豊富に出回る季節でもあります。ご家庭でも秋の味覚を大
いにお楽しみ下さい。

おいしい
季節

新米を楽しもう！

新米は、九州などでは8月ごろ、東北・北海道地方では10月ごろ
に収穫が始まります。獲れたてのお米は水分が多く、もちもちして
いるのが特徴です。炊くときには水分量を普段より少なめに炊くの
がよいでしょう。

また、お米にはさまざまな品種がでています。味・香・粘り・つ
やなど、それぞれの特徴を見比べてみるのも楽しいかもしれません。

保育園では東京都墨田区の亀田商店さんよりお米を届けていただ
いています。お米の種類は「宮城県登米市南方町のひとめぼれ」で、
品質、安全面に配慮したとっても美味しいお米です。

1年でこの時期しか味わえない新米の味！！ご家庭でも楽しんで
みてはいかがですか？



★食育 3色食品群

9月にはと組さんと「3色食品群」
のお話をしました。食べ物はお仕事
(役割)によって、3つの色に分けるこ
とができ、バランス良く食べるという
事は、3つの色をまんべんなく食べる
という事なんだと学んだ子ども達。少し
難しい話に諦めモード？の子もいまし
ましたが、友達と相談しながら一生懸命食
材の色分けを行っていました。ぜひご
家庭でも食事の際に「これは何色？」
とお子様に聞いてみてください。

★行事食★

◆10月24日

ハワイアンハンバーガー
おやつ パンケーキ



保育園でハワイダンスショーを開催
いたします。それにちなんでハワイ
アンメニューを予定しています！！

◆10月31日

かぼちゃクッキー



今年のハロウィンおやつはクッキー★
かぼちゃ味のクッキーはハロウィンに
ぴったりです！！

★今月の食育★

10月18日に美味しい牛乳を届けてくださっているタカナシ乳業株式会
社さんを園にお招きし、幼児組を対象に「牛乳について」のお話をしていただ
きます。当日は牛乳の3つの秘密を教えてください。是非、楽しみに。
是非、楽しみに。

