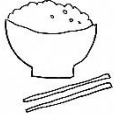
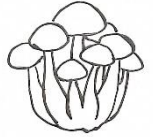


給食だより

令和3年11月
山口保育園

実りの秋がやってきました。根菜や葉菜類が美味しくなる頃です。
今月は、さつま芋や里芋を使った献立が度々登場します。
子どもたちにも旬の味覚をぜひ味わってほしいです。



新米の美味しい時期になりました

「米」という漢字を分解すると「八十八」になります。お米は春の種もみの準備から、秋の稲刈り、脱穀・もみすり等たくさんの工程があり、八十八の手間がかかることで、この字ができたといわれています。今では機械化が進んで前よりは手間が省けるようになりましたが、大変な作業です。

給食に新米が出てきました。お米を育ててくれた人に感謝して、無駄にしないようおいしくいただきたいと思います。

ご飯を噛むとなぜ甘い？



ご飯をよく噛んで食べていると、甘みを感じることはありませんか？

ご飯は噛むことによって、唾液に含まれている消化酵素の働きで、炭水化物(でんぷん)が糖に分解され、甘みを感じられるようになります。毎日食べるお米ですが、あらためてよく噛んで味わってみてはいかがでしょうか。



芋煮会 (11月5日)

昨年はコロナで中止になりましたが、今年は調理している様子子ども達が見る形で行うことになりました。その日の昼食は、ご飯・鮭の塩こうじ焼き・きゅうりの塩昆布あえ・芋煮汁・みかんです。晴れたら外で行う予定なので、雨にならないことを願っています。

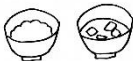
保育園育ちの大根



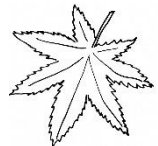
年長組で大根を育てています。これまでに2回、間引きをしました。1回目はたくさんあったので、みそ汁の具とふりかけにしました。ふりかけが子ども達に好評だったので2回目もふりかけにしましたが、葉が成長したため少しピリッと辛かったようです。ちょっぴり大人の味を感じた年長組さんでした。



11月24日は和食の日



海や山があり、豊かな四季がある日本は、お米とともに旬の食材をいただく和食の文化が根付いています。11月24日は「いいにほんしょく」という語呂に合わせ、和食の日と制定されています。秋は実りが多く、日本の四季の恵みをより感じられる季節です。この機会に和食の文化や大切さをお子さんと再確認するきっかけにしてはいかがでしょうか。



献立変更

- ・5日が芋煮会のため、8日昼は元の5日の献立になります。(レバー等)
- ・9日は誕生会なので19日と昼のみ交換します。

