

令和6年度  
あゆみ保育園

# 9月給食だより

園長 江郷 勝哉  
給食 丹生 佳奈



9月の予定

2日(月) 防災引き渡し訓練  
「防災の日」です。この日の給食は、園で備蓄している非常食を提供します。

11日(水) お誕生日会  
幼児クラスの誕生日のご家族を招待して園の給食を提供します。

17日(火) 17日は「十五夜」です。  
17日の給食は秋の恵みに感謝して十五夜メニューを提供します。

25日(水) 魚の解体  
ぶり一匹を解体してもらい、体の様子やしぐみを観察します。  
また、命を頂く感謝の気持ちを育みたいと思います。

今月のレシピ

## ピーマンのツナつま焼き

【材料】 (大人2名分)

- ・ピーマン 4個 ・ツナ缶 1缶
- ・玉ねぎ 1個 ・ケチャップ 10g
- ・ピザチーズ お好みの量

【作り方】

- ① ピーマンを縦半分に切り種を取って洗っておく。
- ② 玉ねぎをみじん切りにし、ツナ缶、玉ねぎ、ケチャップ、ピザチーズを混ぜる。
- ③ ピーマんに②を詰め、油(分量外)をひいたフライパンで少量の水を加え、蓋をして蒸し焼きにする。
- ④ ピーマンが少し柔らかくなったら完成♪

チーズが溶けてピーマンについてくれるので  
片栗粉を付ける手間なし★

今月の食育

- ぶりの体のしくみや、命を頂く大切さについて知る
- 非常食について知る



～今年度の魚の解体は「ぶり」を解体してもらいます～

今まで「鮭」の解体でしたが

今年度は「ぶり」を解体してもらう事になりました。



「一匹」の魚からスーパーなどに売っている「切り身」になるまでの過程や、実際の魚の内臓を観察し、「命」をいただいている事を知り、感謝の心を学びます。

【☆命をいただくことの大切さ☆】

私たちが毎日生きていくために「食べる事」は欠かせません。毎日食べている食べ物は、多くの動物や植物の命をいただくことで成り立っています。また、その食材としていただいている命も生きるために命をいただいています。つまり、私たちは1つの食材で多くの命をいただいているのです。普段食べている野菜や魚、肉などは命として大事に育てられています。その育ててくれている人のためにも、たくさんの命のためにも食べ物は粗末にしないようにしたいですね。ご家庭でも、一緒に野菜を育てたりすると、育てる大変さや、野菜も生きているのだという実感を体験できるかもしれません。そういった体験をすることで苦手なものが食べられるようになるなど、一步の成長にも繋がると思いますのでぜひご家庭でも命を大事にするという機会を体験してみたいはいかがでしょうか。そして、普段挨拶をしている「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶の意味を再確認し、育ててくれた方や料理を作ってくれた方、そして命をいただきますという感謝の気持ちを込めて、美味しく楽しく食事をしましょう！

食べる事は命をいただくこと。「いただきます」や、「ごちそうさま」は他のどの国の言葉にもピッタリと意味を同じくする言葉はなく、日本独自の文化となります。普段何気ない「いただきます」や、「ごちそうさま」も、意味をきちんと理解して挨拶することでよりよい食事の時間となりそうですね。

【I Cのメニュー変更】

- 19日(木) 秋刀魚の蒲焼き→カレイの蒲焼き
- 24日(火) 山菜おこわ→ごはん
- 26日(木) 竹輪の磯辺揚げ→カレイの磯辺揚げ
- 27日(金) ピーマンのツナつま焼き  
→ピーマンのオープン焼き

おたよりを紙媒体で欲しいかたは、事務所までお越しください