

令和年6年度
あゆみ保育園

11月給食だより

園長 江郷 勝哉
給食 鈴木 貴子

11月の予定

13日(水) お誕生日会

今月お誕生日(幼児クラス)のご家族
招待してお祝い給食を提供します。

15日(金) 七五三

お子様の健やかな成長を願い、おやつに
手作りの紅白まんじゅうを提供します。



箸の使い方を学ぶ



- 正しい箸の持ち方・動かし方を学ぶ。
- 箸のマナーについて知る。



いいにほんしょく

11月24日は「和食の日」

平成25年12月に「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録決定されました。それを受けて、“「和食」文化の保護・継承国民会議”では、「いい日本食」の語呂合わせから11月24日を、日本の食文化について見直し、「和食」文化の保護・継承の大切さについて考える日として、「和食」の日と制定しました。海、山、里と豊かな表情をもつ国土に育まれてきた日本の食文化は栄養バランスに優れた健康的な食事として、世界から注目を集めています。和食は「自然の尊重」という大きな考え方で貫かれていることもその特徴となっています。

・いろいろな天然だし

日本独自の「出汁の文化」は、昆布やかつお節・煮干しなどの天然素材を使い香りもよくうまみや栄養が豊富です。しかし塩分はほとんど含まれておらず、出汁を使った料理は、味つけを薄めにしてもおいしく感じられるので、塩分や糖分を抑えることができます。

あゆみ保育園では、和食を中心とした給食提供をしております。汁や煮物に使う「出汁」は、市販の「だしの粉」などは使用せず、ひと手間加えてかつお節や干し椎茸、煮干しを粉末状にして、無駄なく摂取できるよう「出汁」を十分に取って味付けしています。また、魚や野菜等「旬」の食材を取り入れ、その季節ならではの献立や行事食から、お子様たちが和食文化にふれる機会を広げ、食事を楽しむ体験行っています。

11月24日が日曜日にあたるので、翌日25日の給食は、「鯖のみそ煮・小松菜の和え物・豆腐のくずし汁」。日本ならではの調味料(味噌・醤油)そして出汁の味を味わってほしいと思います。

七五三のお祝いに

「紅白饅頭」の作り方



○材料(6個分)

薄力粉	200g
砂糖	30g
ベーキングパウダー	15g
水	70ml
サラダ油	小さじ1
食紅赤	適量
こしあん	100g



○作り方

1. 準備.食紅は水で溶かしておきます。
2. 生地を材料を全て混ぜて捏ねます。
3. 生地を半分に分け、片方に食紅を練り込みます。
4. こしあんは一口大に丸めます。
5. 生地を6等分にして4を包みます。
6. 中火にかけた蒸し器で15分蒸したら完成です。

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