

食べることは人とつながり生きること

# 給食だより

箕面保育園 給食室 2017年度12月号〈No.45〉

すっかり寒くなり、あっという間に冬がやってきました。給食を作っていると「きゅうしょくしつあったか〜い、いいなあ」「ひ、つかってー？」とのそきに来る子どもたち。

12月の給食では冬に旬を迎える根菜類や葉物野菜をたくさん使っています。大根やかぶ、さといも、れんこん、ごぼうなどの根菜はからだをあたためてくれたり、ミネラルが豊富なので風邪予防にもなります。いっぱい遊んで、ごはんをもりもり食べて12月も元気いっぱいにご過ごしませう！

## 収穫祭で、秋の味覚を味わいました！

11月21日に秋の収穫祭がありました。とってもいいお天気の中、園庭で新米ごはんやさんまなど旬の食材を味わいました。子どもたちは生のさんまを触り「くちひらくで〜はがいっぱいはえてるで」とふれあいを楽しんでいました。豚汁は各クラスで具材をちぎったり切ったりしました。地域の方も一緒に豚汁づくりをしてくださり、みんなで作った豚汁はとってもおいしく出来上がりました。豚汁を食べると“ほっ”とあたたかい気持ちになりました。

あじさい組とひまわり組ではさんまを一匹ずつ食べました。「さんまおいしい〜」と子どもたちは嬉しそうな様子。そのなかで「おさかなたべるのかわいそう」としばらくさんまを眺めているのがいました。いのちを頂いていることを実感しているようでした。あじさい組はさんまの骨せんべいを作って食べていました。

おやつにはできたてほやほやの焼芋を園庭で食べました。

みんなで作ってみんなで食べて楽しく秋の味覚を味わいました。



にんじんきるの  
むすかしいね。



おいしそう！



## 日本の郷土料理をたべよう！

～奈良編～



今月のご当地メニューは、奈良県です。柿の葉寿司や奈良漬け、そうめんなどが有名ですね。柿の葉寿司は、海の無い奈良県ならではの郷土料理で、長期保存ができるように近海で採れた魚を塩漬けにして、殺菌作用のある柿の葉でくるみ食われていました。また、奈良県には東大寺の大仏や法隆寺などいくつもの世界遺産があり、日本の都として栄えていました。

### 献立

【給食】

- ・茶飯
  - ・かしのすき焼き
  - ・飛鳥汁
- 【おやつ】
- ・くずもち

### 飛鳥汁ってなあに？

具たくさんのみそ汁に牛乳を加えた郷土汁です。給食では牛乳の代わりに豆乳を加えて作ります。豆乳を入れることでまろやかな味わいになります。飛鳥汁を作るときには豆乳は最後に加え煮立たせないようにします。これからの寒い季節にお鍋として食べてもおいしいですよ。

## 親子クッキングを開催します！

12月16日(土)にしめ縄づくりと合わせて親子クッキングを開催します。

今年は「ピザパン」づくりをします。

生地を好きな形に伸ばし具をトッピングをしてオーブンで焼きます。生地の感触や作ることの楽しさ、できあがりの変化やにおいを感じ、自分たちで作ったものをみんなで食べる楽しさを子どもたちと一緒に体験できればと考えています。ぜひご参加ください。



今月のお弁当箱の日は28日(木)【全園児】です。  
お弁当箱の日は14日(木)【2～5歳児クラス】です。