



10月号

ひさしもやさしくなり夕方ゆうがたの西にしの空そらには鮮あざやかなグラデーションぐらでーしょんの夕焼けゆうやが
 とてもきれいな季節きせつになってきました。隣となりの公園こうえんで運動会うんどうかいの練習れんしゅうをしている
 子どもたちの元気げんきな声こえが給食室きゅうしょくしつまで聞こえてきます。
 子どもたちを応援おうえんするつもりで旬しゅんの食材しょくざいをたっぷり使つかった給食きゅうしょくを
 届とどけていこうと思おもっています

旬しゅんの食材しょくざいを大切にします！！

おいしい給食きゅうしょくを作るため、旬しゅんの食材しょくざいを積極的せっきよくてきに使用しようしています。

野菜やさいや果物くだもの、魚介類ぎょかいりいは旬しゅんのものほど味あじが良く、その時期じきに人ひとが
 必要ひつような栄養素えいようそをたっぷり含ひくんでいます。

また、よく市場しじょうに出回でまわるため、新鮮しんせんで値段ねだんも安価あんがです。

同じ食材おなの献立けんりつが続つづくこともありますが、
 調理法ちようりほうに工夫くふうをこらしています。

中秋の名月ちゅうしゅう めいげつ (十五夜じゅうごや)

十五夜じゅうごやは、秋あきの美しい月つきを見ながら菓物くわぶつやススキすすきと月見団子つきみだんごを供たげて
 収穫しゅうかくに感謝かんしゃする白しろといわれています。
 10月1日がついちにちは十五夜じゅうごや (お月見つきみ) 旧曆きゅうれきでコリアこりあのお盆ぼん
 「秋夕あきゆふ・ 추석추석・ちゆそく」にあたります。
 保育園ほいくえんの給食きゅうしょくでは、「ピピンパ」や「タンクツ」を食べ
 おやつでは「月見団子つきみだんご」を食べます。

肉にくの入はいった
 眞まことだくさんの汁物じるものです

ただししいせいで
たべてますか？



しょうきのならべかた

ふくさい (おかずなど)	しゅさい (おかず)
しゅしょく (ごはんなど)	しるもの (みそしる、すましなど)

しゅしょくはひだり、しるものはみぎ、はしは、てまえだよ