



給食室より

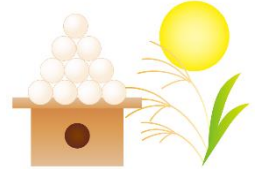


中秋の名月 ～十五夜～

2023年の十五夜は、9月29日です。毎年お月見の日付が違うのは、旧暦の8月15日を十五夜と呼んでいるからで、空が澄みわたり月がもっともよく見えるため十五夜を『中秋の名月』と呼び、お月見をする習慣が生まれたそうです。

月の神様の依り代と考えられているススキをお供えし、日本の文化である米を使用したお団子を供えて、豊富な実りに感謝しこれからの豊作を祈願しているとされています。

今年のお月見は金曜日です。給食、おやつ共にウサギや月をイメージしたものを提供する予定です。どのような給食になるか、楽しみにしてください。



防災備蓄品のアレンジ

9月1日は防災の日です。園でも防災備蓄品を災害時のために備蓄しています。災害が起こらず、備蓄品の賞味期限が近付くと、給食で提供しロスのない様にサイクルさせています。その際、どうしても備蓄品は硬かったりパサパサしていたりと、食べにくい印象があります。そのため、提供する際には少しアレンジを加えておいしく消費できるようにしています。例えば、緩めのおんかけをかけたり、卵かけご飯のように溶き卵で混ぜたものをおやきのように焼いたり、パンの場合は、フレンチトーストやメロンパンにしたりしています。ご家庭でも、今回の防災の日をきっかけに備蓄品の見直しをし、その際に出た賞味期限間近の食品はアレンジして召し上がってみてください。何か美味しく食べられたなどアイデアがありましたら、ぜひ教えてください。

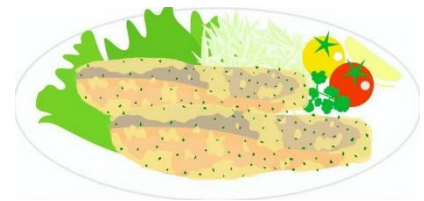


今月のおすすりめレシピ

魚のさざれ焼き

さかな	500g				
マヨネーズ	25g	} A	パン粉	25g	} B
みそ	25g		粉チーズ	12g	
酒	12g				

- *魚の切り身にAのソースを刷毛等で塗ります
- *Bを合わせたものを魚の上に乗せます
- *180℃のオーブンで10分程度焼いて完成



鮭や鶏肉などが良く使用されますが、かれいやタラなど淡泊なお魚にも良く合います。お野菜の上にかけて焼いてもおいしいです。色々なアレンジを楽しんでください。

大家族 調理師 木下

わが家では4月からメダカを飼っています。最初は4匹でしたが、卵を産み今では20匹超の大家族になりました。虫メガネで見るほどの小さかった赤ちゃんメダカが日に日に大きく成長する姿はかわいく癒されます。

今では近くの川でとってきたエビとタニシが仲間入りし、大賑わいの水槽になっています。

