



給食だより 10月

なかなか気温が下がらず、残暑の厳しい9月でした。今月は、生活発表会（運動）やどんぐり拾いなど、秋を感じる行事があります。今月末には行事食として、ハロウィンメニューを考えています。かわいいクッキーを作る予定なので楽しみに。



ハロウィンって何？



10/31のハロウィンはヨーロッパを起源とするお祭りで、秋の収穫を祝い、悪霊を追い出すといわれています。ハロウィンに必ず登場するカボチャのちょうちんは、もともとはカブをくり抜いたちょうちんだったものが、アメリカでカボチャになったそうです。最近では日本でもパーティーが行われるようになりました。

カボチャは甘みもあり、ビタミンAを豊富に含みます。カボチャのサラダや煮物はもちろん、おやつに茶巾やカボチャのペーストなど、離乳食からでも使える万能の野菜です。



きなこラスク



【材料】

バケット	1/2本
バター	50g
きなこ	5g
グラニュー糖	10g

【作り方】

- ① バケットを薄くスライスする。
- ② バターときなこ、グラニュー糖を混ぜ合わせる。
- ③ ①に②を塗って180℃のオーブンでこんがり焼く。

※ 園では未満児は食パン、以上児はバケットで提供しています。どのクラスもよく噛み、普段のやわらかいパンとは違う食感を楽しんでいます。

よく噛むことで、顎の発達を促しています。

