



給食だより

令和2年9月1日
育暎保育園
栄養士 風口 美保

まだまだ蒸し暑い日が多く、9月に入ってまだ少し残暑が続きそうですね。
だんだんと涼しくなっても油断は大敵です。こまめな水分補給を忘れずに行いましょう！！



新米の季節になりました！！



新米は味が淡泊なため、和風・洋風・中華と、
どんなおかずとも相性が良いです。
お米の品種は300種もあるそうです。
人気があるのはほんの一握りの品種ですが、
品種によりそれぞれ特徴があります。
新米は水分量が多いため炊くときは水分を減らして炊きます。



『いただきます』 『ごちそうさま』 の意味

「いただきます」・・・

ただ「食べます」という意味で言うのではなく、
様々な動植物の「命をいただきます」
という意味も込められています。
心から感謝をしましょう！



「ごちそうさま」・・・

ごちそうの“ちそう”は漢字で「馳走」と書き、
駆け走るという意味をもちます。
食べ物には、食材を育てる人、運搬する人、
調理をする人などたくさんの方が関わっています。
そんな人々の働きに感謝をしましょう！



新米を食べる会

9月15日におこないます。
昨年と違い、調理活動はできませんが、
衛生面と密集しない様環境に気を付けながら
おにぎりを作ってみんなで食べます。

