



9月給食室だより



令和7年8月26日 柳辻こども園

～献立表の表記変更のお知らせ～

2025年10月～、献立表の表記が変わります。

厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2025年版）」に基づき、

＊**幼児食**（5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組）

＊**乳児食**（2歳児うさぎ組・1歳児ひよこ組・0歳児たまご組）とさせていただきます。

乳児食においては、ふつう食19ヵ月～、離乳の完了期12～18ヵ月を区分とし、月齢に合わせ食材の大きさややわらかさの対応を行います。

尚、園ではさまざまな食材を使用します。アレルギーの確認のためにも初めての食材はお家で試食をお願いします。ご不明な点がございましたらいつでもお声かけください。



秋といえば

「実りの秋！」「食欲の秋！」。

今回は秋の食材と美味しい食材の見分け方をご紹介します。

お買い物の参考にしてみてくださいね。



秋の美味しい食べもの！～見分け方～

サンマ・・・・・・黒目の周りが透明で澄んでいるものが新鮮。光沢があり、太っているもの。

サケ・・・・・・鱗全体が銀色であること。背の部分が青みがかって光っているもの。

腹の肉は厚みがある方が脂がのっています。

きのこ・・・・・・かさがあまり開いてなく、軸がしまっており、あまり汚れていないもの。

栗・・・・・・鬼皮が褐色でハリと光沢があり、ふっくらと太ったもの。

さつまいも・・・・よく太っていて、ひげ根が少なく、でこぼこの少ないもの。

りんご・・・・・・軸が太くて、皮が赤く、ハリとツヤのあるもの。

梨・・・・・・軸がしっかりとして、皮に色ムラがないもの。お尻がふっくら、が甘いもの。

柿・・・・・・ヘタと果実に隙間がなく、ヘタが実に張り付いているようなもの。

ぶどう・・・・・・粒の表面に白い粉がついているもの（上にある粒が一番甘くておいしい！）。



9月の献立にも旬の果物や野菜を取り入れてます。✿鮭の秋色焼き ✿梨（幼児組）

✿きのこカレーライスなどです。みんなで秋の食材を楽しみたいと思います。

