

# 9月給食だより

みどりこども園 2024.08.22

毎日暑い日が続きますね。子ども達は暑さにも負けず、毎日元気よく遊んでいます。まだ暑さが残りますが、9月は運動会の練習などで毎日の活動量が増えます。元気に活動が出来るように朝ご飯をしっかりと食べてから登園しましょう。

## 中秋の名月「お月見」



中秋の名月を「十五夜」とも言います。

十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日と言われ、十五夜には15個のお団子をお供えします。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れると食べやすいです。

お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝をしましょう。



### \*お月見団子レシピ\*

《材料》 15~20個分

- ・白玉粉…100g
- ・絹豆腐…150g

《作り方》

- ① 白玉粉に豆腐を加え、耳たぶくらいの固さになるまでよくこねる。
- ② 沸騰した湯に入れ茹でる。
- ③ 水にさらし冷ます。

★きな粉やみたらしあん、あんこなどを付けると美味しくいただけます。



地域によって違う

### 月見だんごいろいろ

十五夜に供える月見だんごは、地域によって違いがあります。関東風は丸い形をしています。関西風は先をとがらせた紡錘形という形をしていてあんを巻いたものです。静岡県の一部では、だんごを平らにして真ん中をへこませたへそもちをつくり、あんと一緒に食べます。

関東風

関西風

へそもち



※団子はのどに詰まりやすい食材なので、しっかり噛んで気を付けて食べましょう！



9月の献立のテーマ『旬の野菜を食べて、夏の疲れをふきとばそう!』です。

まだまだ暑い日が続きますが、旬の野菜を食べて元気いっぱい過ごしましょう！



～ 今月の旬の食材 ～



なす・小松菜・ねぎ・生しいたけ・しょうが など