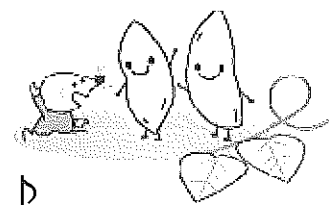




11月 給食だより



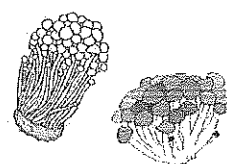
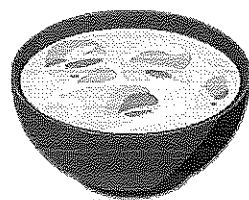
しよくいくかつどう
食育活動



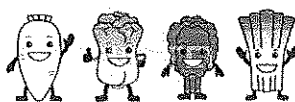
♪さつまいも汁作り♪

みんなに給食のさつまいも汁を作るお手伝いをしてもらいました。

ゆり組にはさつまいもの皮むき、ひまわり組には白菜をちぎってもらい、ばら組にはきのこ(えのき・しめじ)ほぐし、乳児クラスではわかめ・干しいたけの水戻しをお願いしました。みんなが頑張ってくれたので、おいしいさつまいも汁ができました♪たくさんあったおかわりもあっという間に完食でした!



平成28年 10月31日 久榮会 大阪市立広田保育所



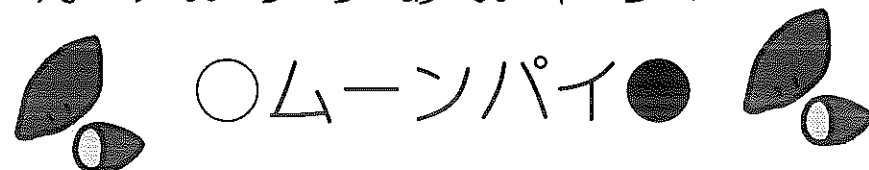
ちさんちしょう し 地産地消を知ろう♪



「地産地消」という言葉を知っていますか? 「自分の畑で作った作物を自分たちで食べる」ことにはどんな良いことがあるのでしょうか。

- ① 新鮮でおいしく、旬を味わえる
- ② 生産者の顔が見え、安心・安全
- ③ 生産者と消費者のコミュニケーションが生まれ、地域を元気にする
- ④ 運搬距離が短いので、環境にやさしい

11月のおすすめおやつメニュー



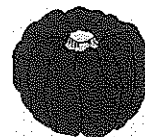
ざいりょう にんぶん
<材料 1人分>

- さつまいも・・・15g
- 砂糖・・・1.5g
- マーガリン・・・1g
- ぎょうざの皮・・・2枚
- 揚げ油

つく かた
<作り方>

1. さつまいもは厚めに皮をむいて適当な大きさに切り、しばらく水に浸してあくを抜き、ひたひたの水でやわらかくゆでる。
(電子レンジでやわらかくしてもよい)
2. ゆでたさつまいもは水気をきってつぶし、砂糖・マーガリンを加えてよく混ぜる。
3. 2をぎょうざの皮の真ん中にのせて、まわりに水をつけ、もう1枚の皮をのせて2枚の皮がくっいたら200度の油で揚げる。
(または1枚の皮にのせて半分に折って揚げてもよい)

かぼちゃでもおいしく
できます♪



おおさかふない さいばい せいさん
大阪府内で栽培・生産されている

とくさんひん 「なにわ特産品」



- 泉州水なす
- 大阪なす
- 泉州キャベツ
- 泉州たまねぎ
- 大阪みかん
- 大阪ぶどう
- 能勢ぐり
- 紅ずいき

大阪府内(泉佐野市、岸和田市、富田林市など)には伝統的に優れた栽培技術で生産され、全国にも誇れる農産物がたくさんあります。旬でおいしい、安心・安全な食材を味わいましょう。

