

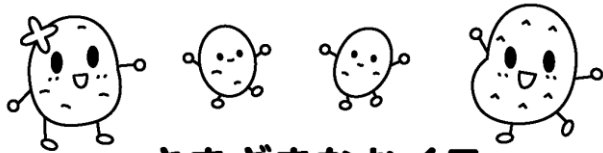
実りの秋、味覚の秋がやってきました。一年中で一番食べ物のおいしい季節です。

子供のころから食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要です。

食卓には旬の食材をなるべく取り入れ話題も豊かな楽しい時間を過ごしたいですね！

★まだまだ暑さが続きますので

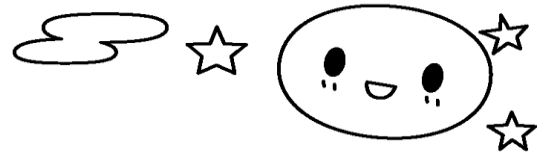
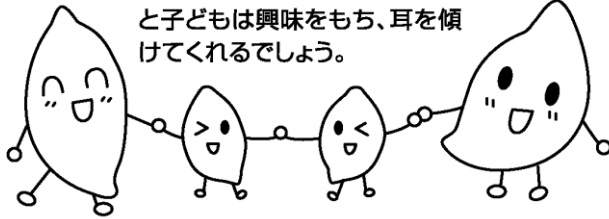
水筒の中身は引き続き多めをお願い致します★



さまざまなおイモ



肉ジャガに欠かせないジャガイモ（秋作でとれる秋じゃがは、でんぶんの品質が良くておいしい）、焼きイモとして活躍するサツマイモなど、おイモにもたくさんの種類があることを教えてあげてください。またドイツなどは、ジャガイモが主食の国です。そのような海外のおイモ事情も交えてお話ししてあげると子どもは興味をもち、耳を傾けてくれるでしょう。



食育予定日

ちゅうりっぷ⇒7日(月)

すみれ ⇒28日(月)

エプロン・三角巾・マスクのご用意をお願いいたします。感染症の状況によっては変更・中止の可能性があります。ご了承ください。



【材料】

白玉粉	200g
絹ごし豆腐	200g
かぼちゃ（皮なし）	10g

【作り方】

- ①かぼちゃは皮をむきレンジにかけ柔らかくしておく
- ②ボールに白玉粉、豆腐をいれよくこねる
- ③生地を半分にしひとつにはかぼちゃをいれよくこねる
- ④丸くしてお湯でゆでる

●みたらしダシ●

醤油大さじ2・みりん大さじ2・砂糖大さじ4・水150cc・片栗粉大さじ2
 をすべて鍋に入れ、とろみがついたら完成です！