



# たべるのだいすき



柏木保育園

給食だより

R4・10月号



さわやかな風が吹き体を動かすことが気持ちの良い過ごしやすい季節になりました。秋は1年の中でも1番食べ物の美味しい時期です。旬の恵みを味わい、豊かな感性や味覚形成に役立てたいと思います。10月は運動会や芋煮会があります。たくさん体を動かし、秋のおいしい味覚をたくさん味わいたいものですね。



## フルーツゼリーを作りました！

フルーツの色鮮やかさやゼリーが固まる変化を見ること、また、自分でフルーツを選んで作る楽しさを味わうことを目的として、9月29日にちゅうりっぷ組さんでフルーツゼリーのクッキングを行いました。

フルーツはみかん缶、もも缶、パイン缶、りんご、シャインマスカットを使用し、子ども達は自分のプラスチック容器にスプーンでフルーツを入れていき、最後に担任の先生がゼリー液を注いで完成！「おいしそう！」「きれい～！」と子ども達も大盛り上がりでした。

完成したゼリーは午後のおやつで食べましたが、見た目の鮮やかさ、ゼリーのプルプル食感、様々なフルーツの味と食感に子ども達も大満足の様子でした♪



## 今月の旬の食材

10月の給食に取り入れています♪

- ・栗
- ・里芋
- ・チンゲン菜
- ・きのこ類
- ・りんご
- ・梨
- ・柿
- ・さば

## ☆レシピ紹介☆

### りんごケーキ

・材料（作りやすい分量）

りんご1個、薄力粉150g、ベーキングパウダー6g、卵2個、砂糖75g、油70g

・作り方

①りんごは8等分に切り、5mm幅くらいのイチョウ切りにする。

②卵、砂糖、油を入れて混ぜ、薄力粉とベーキングパウダーをふるいながら入れて混ぜる。

③②にりんごを入れて混ぜる。

④型に流し、170℃のオーブンで20分焼いて完成。

