

給食だより 9月



令和7年9月1日 筑後保育所



【 お彼岸におはぎ 】

秋分の日を真ん中にして、その前後3日間はお彼岸です。先祖をうやまい、亡くなった人をしのび、墓参りをします。また、「おはぎ」や「彼岸団子」をお供えして食べる風習があります。

「おはぎ」と「ぼたもち」は同じものですが、秋に咲く萩の花に見立てて、おはぎと呼んでいます。

保育所でも、26日はあんこ・きな粉の2種類のおはぎをいただきます。



★今月の給食レシピ ～親子煮～

（園児一人分量）

たまご	20g
とりにく 鶏肉	8g
こうやとうふ 高野豆腐	7g
じゃがいも	25g
たまねぎ	18g
にんじん	7g
いんげん	2g
うすくち 薄口しょうゆ	2g
みりん	1g
りょうりしゅ 料理酒	1g
さんおんとう 三温糖	0.6g
あぶら 油	0.3g

- 1、じゃがいもは皮をむいて、5ミリ幅の
いちよう切りにし、にんじんは3ミリ幅
のいちよう切りにします。たまねぎはスラ
イスします。
いんげんは斜めに薄切りにし、さっとゆで
ておきます。
- 2、高野豆腐は水で戻して、食べやすく切りま
す。
- 3、鍋に油を熱し、鶏肉を炒めて色が変わった
ら、にんじん・たまねぎ・じゃがいも・高
野豆腐の順に加え、ひたひたになるまで水
を加え、調味料も加えて煮込みます。
- 4、火が通ったら卵を溶き入れて、いんげん
を散らしてできあがりです。

