

給食だより 9月



令和8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、25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 ～二色おはぎ

(園児一人分量)

こめ 米	8 g
もちめ もち米	16 g
あずき 小豆	16 g
さんおんとう 三温糖	13 g
しお 塩	少々
きなこ 黄粉	2 g
くろさとう 黒砂糖	1 g

※筑後保育所では、砂糖は三温糖や黒砂

糖を使っています。

他の砂糖で代用されてもかまいません。

- 1、 米ともち米と一緒に研いでおきます。
- 2、 小豆は洗い鍋に入れ、小豆が隠れるくらい
の水を入れ、沸騰させます。
- 3、 沸騰したら一度お湯を切り、今度はたっぷ
りの水を入れて良く煮ます。
しっかり柔らかく煮えたら、三温糖と塩を
を加え、さらに煮ていきます。(この時の
水分は小豆が見える程度にします) 水分が
少なくなったら、すりこ木などで潰して
あんこにします。
- 4、 1の米を炊き、すりこ木で少し突きもちに
します。丸めてあんこをかぶせます。
もう一つは、あんこを中に入れて丸め、黄
粉と黒砂糖をあわせたものをまぶします。

