

2025年度 相愛ひめぎ保育園 (山﨑・田中・西田)

おまたせ!新米です@

食欲の秋! この時期になると「新米」 がお店に並びます。新米ならではの ふっくら美味しい白ご飯はこの時期 だけの特別感があっていいですね♪ お米を炊くのはとってもシンプルな 調理です。それでいて、ご飯は食事の 主役となるので、炊飯は、ご家庭での 親子クッキングにおすすめですよ◎ 新米は軟らかく、水分が多いのが特徴 です。研ぐときは力を入れず、すすぐ ように気を付けたいですね。 水加減は通常よりやや少な目 に炊くのがコツです♪

HAPPY HALLOWEEN

10月31日はハロウィンです 😁 欧米では、大きなオレンジ色のかぼちゃを 怖い顔や滑稽な顔にくり抜いた「ジャッ ク・オー・ランタン」を作って飾り、悪霊を 追い払う習慣があります。もともとハロウ ィンは秋の収穫を祝い、悪霊を追い払うお 祭りでしたが、現代では宗教的な 意味は薄れ、日本でもなじみのある楽し イベントの一つになっています! 保育園では31日の3時のおやつに ☆ハロウィンメニュー☆を

提供予定です②

2025年の十五夜は10月6日です☆

「十五夜」は一年の中で一番キレイなまんまるなお月様が見える日です ▶

~十五夜にまつわる食べ物・お供え物~

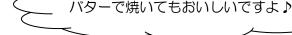
《お団子》 果物や野菜をおいしくいただける"収穫の秋"に感謝し月のように丸い月見団子をお供えします。 《ススキ》秋に収穫される稲穂に似ていて、魔よけの効果があるといわれています。

《里芋・さつま芋》別名「芋名月」と言いイモ類の収穫を祝う行事でもあります。

《旬の野菜や果物》収穫に感謝し旬の果物をお供えします。ぶどうなどのつるものは、月と人との繋がり が強くなるという縁起のいいお供え物です。

家族一緒に、秋のきれいな夜空に浮かぶ満月を眺めてみるのもいいですね♪

9月のおすすめレシピ 「ぽてと餅」



じゃが芋の中にチーズを入れたり

〈材料〉作りやすい分量

〈作り方〉

• じゃが芋 中2個(300g)

• 片栗粉 60 g

• 醤油 8g

刻みのり 適宜

油 適宜 (じゃが芋が固かったら追加で加熱する。)

- 2. 熱いうちにマッシャーでつぶし、片栗粉を加えてよく混ぜる。
- 3. 8等分にし平たい丸に形を作り、油を引いたフライパンで中火で焼く

1. 皮をむいて一口大に切り、水にさらして水気を切った後、耐熱容器 に入れてふんわりとラップをし、600Wのレンジで7分程加熱する。

- 4. こんがり焼けたら、醤油を入れ絡める。刻みのりをのせて完成♪
- 5. お皿に盛り刻みのりをふりかけて完成♪

