



8月 給食たより



社会福祉法人 ふじ福祉会 ふじ保育園 令和5年8月号

暑い夏は好きですか??



毎年のように大雨が降りますが、今年は特に大きな被害をもたらしました。農産物の価格にも影響があると、毎日の食卓も献立を考えるのが大変ですね。保育園では久留米市の統一献立を採用し、旬の美味しくて手に入りやすい食材をなるべく多く取り入れています。また、ふじ菜園でもたくさんの野菜が収穫できていますので、子ども達には採れたて野菜を食べてもらって、元気に夏を過ごして欲しいです。

クッキング報告

7月14日(金)ふじ組のお泊り保育でカレーを作りました。ふじ菜園で収穫したナス、ミニトマト、ピーマン、オクラも使いました。給食とは比べものにならないくらいの食欲でしたが、『スイカ割りの為、お腹をあけておく!』と、おかわりをセーブする子も!!いつもより大きいスイカでしたが、無事に割ってあつという間に完食してしまいました。自分達で割ると一段と美味しかったようです(^_^)

『みんなで作ると美味しいね』という気持ちが、子ども達の記憶として残ってくれると嬉しいです。



ゴロゴロ野菜で、具は大きめですが、みんなで切った野菜なので、とっても美味しい!

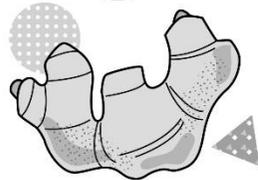
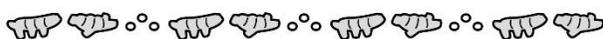


仕上げは園長先生と佐藤先生♪
子ども達の割れるような、大きな声援をお聞かせしたいです(^_^)

8月のクッキング 8月2日(水)ふじ組・ゆり組でふじ菜園の野菜を使って、ピザトーストを作る予定です。爪切り、エプロン、三角巾、マスクの準備をお願い致します。



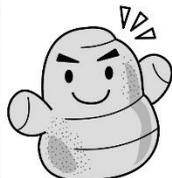
しょうが



独特の香りと辛さが特徴のしょうがは、食べるだけでなく薬としても使われている野菜です。

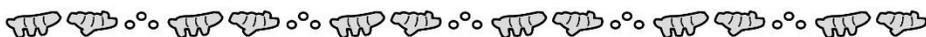
日本では1年中出回っていますが、収穫してすぐに出荷される「新しょうが」は夏が旬で、普通のしょうがに比べて白っぽい色をしており、繊維が軟らかくて辛みもさわやかです。葉つきしょうがは成長する前に収穫したもので、どちらもこの時季ならではの味わいです。

しょうがパワー!



- ★殺菌作用
- ★肉や魚の臭み消し
- ★食欲増進効果
- ★加熱や乾燥したしょうがには体を温める効果もあります

主に薬味や香辛料として使われ、保育園では、子ども達が大好きな煮魚や中華風の炒め物に使っています。高知県が日本一の産地で、熊本県、鹿児島県、和歌山県、宮崎県、千葉県など、温暖な気候の地域で栽培されています。夏はそうめんや冷奴に、冬は汁物に入れると風味が増して美味しいですよ。



ふじ菜園 収穫発表!

じゃが芋 36.5kg
6月給食のじゃが芋はほとんど収穫したじゃが芋でした★

ミニトマト 281個

ピーマン 47個

ナス 25本

オクラ 16本

(7/18現在)
収穫はまだまだ続いています!
ピザ作りも楽しみです☆

