



令和7年度
あゆみ保育園

10月給食だより

園長 江郷 勝哉
給食 野口 奈々

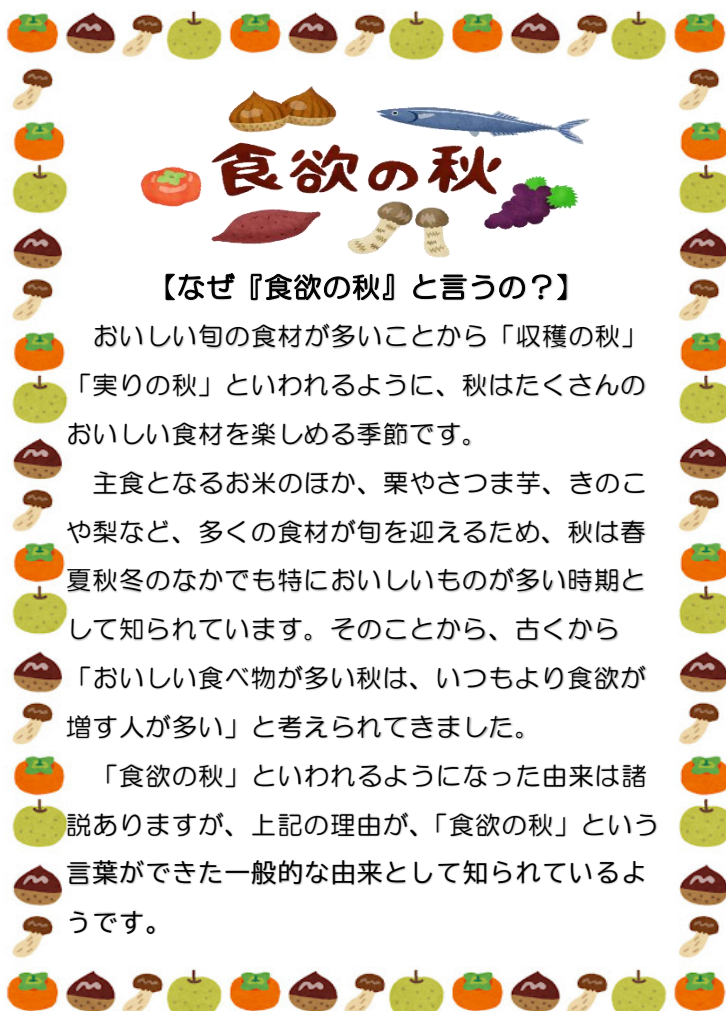
10月の予定

8日(水) お誕生日会

幼児クラスの誕生日のご家族を招待して
園の給食を提供します。

28日(火) 芋掘り

土の感触を肌で感じ、収穫の喜びを感じます。



食欲の秋

【なぜ『食欲の秋』と言うの?】

おいしい旬の食材が多いことから「収穫の秋」「実りの秋」といわれるように、秋はたくさんのおいしい食材を楽しめる季節です。

主食となるお米のほか、栗やさつま芋、きのこや梨など、多くの食材が旬を迎えるため、秋は春夏秋冬のなかでも特においしいものが多い時期として知られています。そのことから、古くから

「おいしい食べ物が多い秋は、いつもより食欲が増す人が多い」と考えられてきました。

「食欲の秋」といわれるようになった由来は諸説ありますが、上記の理由が、「食欲の秋」という言葉ができた一般的な由来として知られているようです。

【乳児食①のメニュー変更】

14日(火) 切干大根の煮物→こんにゃく抜き

15日(水) 28日(火) 山菜うどん→野菜うどん(山菜抜き)

16日(木) 白菜とりんごのサラダ→白菜のサラダ(りんご抜き)

21日(火) キャベツの和風サラダ→竹輪抜き

おたよりを紙媒体で欲しいかたは、事務までお越しください

10月の食育

食品ロスについて考える

○食べ物を大切にする意識を養い、食べ物のロスを減らす方法や自分たちにできることを考える

<10月は食品ロス月間です>

「食品ロス」とは、本来食べられるのに捨ててしまう食品のことです。食べ物を捨てることはもったいないことで、環境にも悪い影響を与えてしまいます。食品ロスを減らすために、家庭にできることは…

- ・食品ロスが出ないように必要な量を購入する
- ・陳列されている賞味期限の順番に購入する
- ・賞味期限の近い値引き商品を購入する
- ・食べきれぬ分量を注文して、食べ残しを出さない

など、一人一人の行動が食品ロスを減らします。広い目で見れば食料資源の有効利用や地球温暖化の抑制につながり、私たちの生活も守ることにつながります。

日本ではどれくらいの食品ロスが発生しているの?



食べられるのに捨てられる食品の量は、年間約600万トン

日本人1人当たりの食品ロスは1年で約47kg

これは、日本人1人当たりが毎日お茶碗1杯分(約130g)のごはんを捨てているのと同じ量になります。



【10月のブックメニュー】

10/10(金)「おばけの天ぷら」の「さつま芋の天ぷら」を提供します。



～中秋の名月「お月見」～

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えします。

お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。

保育園では、10月6日(月)に十五夜メニューを提供します。

