

# 給食だより

令和3年9月号

ひので保育園

## ◎9月1日は「防災の日」

〈普段使いで簡単備蓄!!〉

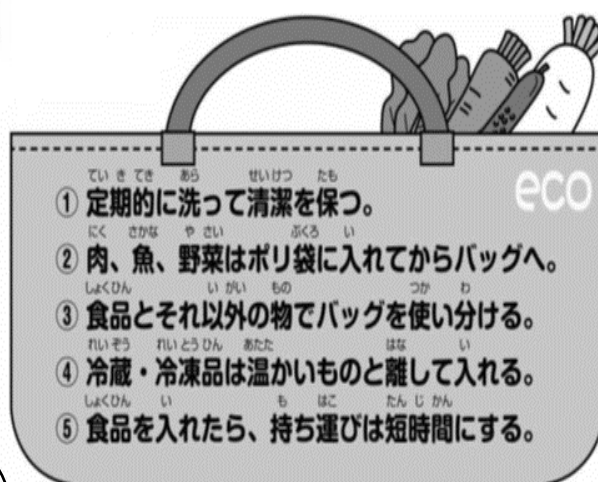
普段から使い慣れている食料品を少し多めに買い置きして、使った分を買い足す「ローリングストック法」で無理のない備蓄をしてみるといいかもしれませんね。

賞味期限切れで廃棄してしまう食品ロスを防ぐことにもなります。



## 👉 “エコバッグ”<sup>えいせい</sup>の衛生について

プラスチック製のレジ袋が有料化され、買い物の際にエコバッグが欠かせなくなりました。食品を入れることが多いので間違った使い方をしてしまうと食中毒のリスクが高まります。衛生的に使用するために気を付けたいポイントを紹介します。



### ～おはぎとぼたもちは同じもの?!～

お彼岸のお供えする食べ物として「おはぎ」と「ぼたもち」があります。なぜ呼び名が異なるのかというと、春と秋のお彼岸でそれぞれの季節の花の名前を意識して、呼び名が変えられているためです。春には「牡丹」の花に合わせて牡丹餅と呼び、秋は「萩」の花に合わせてお萩と呼ばれます。



はぎの花



ぼたんの花

## きな粉おはぎ

～親子で簡単クッキング～

◇材料

米……………1合  
きな粉…7g  
砂糖…………7g  
塩……………少々

◇作り方

- ①米を炊く。
- ②きな粉、砂糖、塩をまぜておく。
- ③ご飯が炊けたら軽くつぶし一口大に丸める
- ④丸めたご飯に②をまぶす。

おうち時間を利用して、親子で楽しんでみませんか

