

## いよいよ食欲の秋到来！

そろそろ肌寒くなってきました。夏の暑さを過ぎると人は疲れた胃腸が元気になって、だんだんと食欲が出てきます。また秋は旬でおいしい食べ物が多く、まさに食欲の秋ですね。

給食でも旬の食材を使っておいしいお昼や、おやつを作りますので献立も子どもと一緒にぜひチェックしてみてください。

### みんな大好き調理保育♪

9月には幼児クラスで調理保育を行ないました！

きりん組さんは「さつまいももち」、ぞう組さんは「じゃがいももち」、そして15日のお月見では全クラスが「白玉団子」を作ってくれました。お月見の会前日にはらいおんさんが張り切って飾りのお供え団子も作ってくれてとてもきれいにできました。白玉粉はお米からできているんだよと説明すると「御飯の匂いがする！」と興味深々です。出来上がったつるつるの白玉団子をみんなでおいしくいただきました。



↑らいおん組さんが作ったお月見団子  
とってもキレイにできました！

↑秋の味覚も飾りました！今年初めてあけび  
を飾ってみんな不思議そうにしていました

## ☆10月のおやつで出すレシピ大公開☆

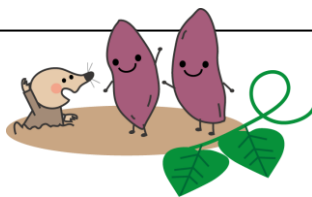
### さつまいものアイス風

〈材料〉

- ・さつまいも 小ぶり1本(約300g)
- ・バター 10g ・牛乳 30g～
- ・砂糖 10g ・コーンカップ 人数分

〈作り方〉

- ①さつまいもをレンジで加熱し、皮をむきマッシュにする
  - ②溶かしバターと砂糖を加える
  - ③さつまいもの水分を見ながら牛乳を加える
  - ④ディッシャーでアイスをつくうようにし、コーンカップに乗せて完成！  
(お好みでチョコチップなど乗せても◎)
- ★コーンカップが無ければお皿に盛り付けてビスケットを添えてもアイス風になります♪



### りんごドーナツ

〈材料〉

- ・りんご 1/2個 ・レモン汁 少々
- ・卵 1個 ・牛乳 10g
- ・砂糖 10g ・ホットケーキ粉 200g

〈作り方〉

- ①りんごを一口サイズにカットし、レモン汁をかけてレンジで1分加熱する
- ②卵をボウルに割りほぐし、牛乳、①で残ったレモン汁、砂糖を加え混ぜる
- ③ホットケーキ粉をさっくりと混ぜ入れ、ひとまとめにする
- ④①のりんごを③の生地で包み、油で揚げる
- ⑤お好みで粉糖をかけて完成！