

給食室の窓から

2025.10

新年度が始まってから、早半年…あっという間にもう10月ですね。
木々の葉も色づき始め、秋晴れの下伸び伸びと身体を動かすことを楽しんでいる
子どもたち。ますます秋の深まりを感じているこの頃です。

さて、食欲の秋といわれるようにこの頃の季節になると美味しい食べ物がお店に
並びますね。新米から始まり、梨やぶどう、さんまやさば、かつおも旬を迎えます。
美味しいものはみんなで食べるのもっとおいしく感じられます。楽しく食べると、
心に満足感や安心感を得られます。食事時にゆとりをもつと、気持ちにもゆとりができます。家族みんなで
ゆったりと食事を楽しんでくださいね。



10月6日は中秋の名月です。

お月見の行事は、平安時代に中国から伝わったもので、収穫を祝ってお供えをし、お月見を
する風習で、秋の収穫の時期と重なり、収穫祭の意味も含めて日本全国に広がりました。
お月見の日には、満月にちなんだ丸い食べもの（果物やお団子、おまんじゅうなど）
をお供えします。



🍇お誕生日インタビュー🍇

今月は、男の子1人の単独インタビューです。食べる事が大好きで「今日もおかわりしたよ」といつも教えてくれます。きつと献立は決まっていると思い、食事の様子を見に行ったら献立は決まってる？と聞いてみました。「うん。もう決まってるよ！」じゃ月曜日に聞かせてくれる？「ん～月曜日かぁ、水曜日にして！」と答えてくれた男の子。曜日を指定されてのは初めての事です。驚きと、なんでだろう？と疑問に思いましたが水曜日のインタビューを楽しみにする事にしました。インタビュー当日、何で水曜日にしたんだろうとワクワクしながら聞いてみると「日にちが丁度よかったから」ん？丁度よかった？それは曜日が丁度良かったのかな？「うん。水曜日が丁度いいと思ったの」と色々想像していた答えとは違いましたが、年長さんになると自分の考えがあるんだなと頼もしく感じました。

考えてきた献立を教えてくれる？「うん。パリパリがのってるご飯は何て名前？」春巻き丼だよ。「そうそう、春巻き丼にワントンスープ、パリパリがのったサラダ」パリパリしているのが好きなんだね、美味しいよね。「うん」でも春巻き丼もパリパリサラダもパリパリがのってるから、他に好きなサラダはない？「ん～なら、春雨サラダがいいかな」これもまた春雨が被ってしまいます。春巻き丼にも春雨が入るから、他に好きなサラダはある？「ん～。じゃ…マカロニサラダ！」とたくさん考えて今回はこの3品に決定しました。ケーキは？「チョコのスポンジに白いクリーム、みかんをのせてね」ジュースは？「オレンジジュース」これもまた被ってしまいました。どうしようかと悩みましたが、お誕生日の献立を考えるのは子ども達にとって楽しみにしているイベントの一つです。何か月も前から「いつかは私の誕生日、もうメニュー決まってるから！」と教えてくれる子もいます。考えてくれた献立が栄養士を悩ませることもあります。子どものこれが食べたい！という気持ちを大切にしていきたいと思います。最後に、食べる事大好きだよ？「うん」考えてくれた献立も美味しく作るように頑張るから、楽しみにしててねと約束をしてインタビューを終えました。

★10月生まれのお友だちお誕生日おめでとうございます★