

実りの秋、食欲の秋です。一年中で一番食べ物のおいしい季節です。子どもの頃から食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要なことです。毎日の食卓に旬の食材を取り入れ、話題も豊かな楽しい時間を過ごしたいですね。

新米が出回る季節となりました

食品の表示制度を定めている JAS 法によると、新米は夏から秋にかけて収穫され、その年の 12 月 31 日までに精米され、包装されたお米のことをいいます。



新米は水分量が多いため、炊くときは水分を減らして炊きます。新米は色の白さが目立ち、やわらかく粘りがあり、香りも豊かです。また、お米にはたくさんの品種があり、品種によりそれぞれ特徴があります。お気に入りの品種があるご家庭も多いのではないでしょうか。明石市立幼稚園の給食では、兵庫県産の「どんとこい」という品種のお米を使用しています。12 月頃から順次、今年度収穫されたお米を使用する予定ですので、もう少しお待ちくださいね。



兵庫県産

どんとこい

命名

台風の大雨や強風、病気にも耐え忍ぶことから命名されました

特徴

粒形はコシヒカりに似て、粒厚も厚く、外観は良好。味もコシヒカリとよく似ていますが、コシヒカリより時間をかけて登熟するため、粒が大きく甘みがあります。



卵と乳アレルギーを除去した

食物アレルギー対応食の提供を開始します



明石市立幼稚園の給食では、2023 年 11 月より「卵」及び「乳」アレルギーに対応した食物アレルギー対応食の提供を開始します。

今まで提供していた一般食の給食から、「卵」と「乳」のアレルゲンを除去した給食となります。

～お申込みについて～

申請書類の提出や医療機関の受診等が必要となります。詳細は各園までお問い合わせください。

キノコが美味しい季節

秋の素材に欠かせないキノコ。いろいろな種類のキノコがあり、便秘解消に効果的な食物繊維やカルシウムの吸収を助けるビタミン D を多く含みます。

幼稚園の給食では、しめじがよく登場します。

キノコが苦手なお子さまへは、シチューやスパゲティなどと組み合わせるとはいかがでしょう。

