



令和2年 8月分

きゅうしょくだより



【旬の食材】

とまと、きゅうり、ししとう、なす、まつやまながなす、おくら、
なし、りんご、ぶどう、いだい・ごみょう こうげんぶどう、
あじ、あなご、あわび、ぼっちゃんしまあわび、えび、たこ(まだこ)、
ほご、まつやまひじき など



伊台(いだい)・五明(ごみょう) こうげんぶどう

【夏の松山鮓】

今月は、「夏の松山鮓」を紹介します。松山鮓とはダシ入りのやや甘めの合わせ酢ですし飯を作ったちらし寿司のことです。

ぜひ、家族で食卓を囲むことの多い夏に、会話を楽しみながら、ゆっくりと松山鮓を召し上がってはいかがでしょうか。



「サラダ寿司(松山鮓)」は、8月の
保育所等給食に取り入れているよ～！
楽しみに待っててね！

【8月の行事】

お盆(8月の前半～中頃)

ご先祖様の霊魂が帰る時期とされ、お供えを用意し、家族でその魂を迎えます。魂の乗りものとしてきゅうりの馬やなすの牛を用意することもあります。団子や麺類には作物の収穫に感謝する意味もあると言われています。



8月の保育所等給食に「白玉きなこ」を
取り入れているよ～！よく噛んでおい
しく食べよう！

【栄養の日・栄養週間 2020】

日本栄養士会では、「8月4日は栄養の日」、「8月1～7日は栄養週間」と制定しています。新型コロナウイルスが全国各地で猛威をふるう中、『栄養をたのしむ - 「栄養のチカラ」で、感染症に負けない! - 』をテーマとし、SNSにて料理レシピ・衛生管理術等を、オンラインにて市民公開講座等を実施予定とのことです。詳細については下記ホームページをご覧ください。

[栄養の日・栄養週間 2020](#) [検索](#)



(基本情報作成：松山市保育・幼稚園課)