



日	曜日	午前のおやつ	昼食	主な食材	午後おやつ	離乳食(3回食 9～11ヶ月)	午後おやつ
25	月	牛乳 柿	胚芽米入りごはん ナメコのすまし汁 サツマイモの豚ミンチ焼き ゴボウのカツオ煮	(精白米・胚芽米) (ナメコ・玉葱・モヤシ・三つ葉) (サツマイモ・豚肉・玉葱・木綿豆腐・椎茸・生姜・小松菜) (ゴボウ・人参・マイタケ・板コンニャク・かつお節) (黄桃缶・生クリーム・クラッカー)	牛乳 ピーチ カナッペ	軟飯(胚芽米入り) サツマイモの豚ミンチ焼き (豚肉・サツマイモ・豆腐・玉葱・人参) すまし汁 (玉葱・人参・モヤシ・小松菜)	ピーチ カナッペ (生クリーム抜き)
26	火	牛乳 みかん	バターロール・牛乳 長芋と厚揚げのブラウンシチュー ワカメのツナサラダ	(バターロール)(牛乳) (長芋・厚揚げ・玉葱・人参・エリンギ・小松菜・デミグラスソース) (ワカメ・ツナ・赤玉葱・人参・キュウリ・マヨネーズ) (わらび餅粉・きな粉)	わらび餅	バターロール 厚揚げと野菜の煮物 (厚揚げ・玉葱・人参・小松菜) スープ (ワカメ・玉葱・人参・キュウリ)	くず きな 粉
27	水	牛乳 りんご	ごはん サトイモのみそ汁 小松菜の卵とじ キュウリのユカリ和え	(精白米) (サトイモ・玉葱・モヤシ・三つ葉・味噌) (小松菜・玉葱・鶏卵・高野豆腐・しめじ) (キュウリ・人参・板コンニャク・ちりめんじゃこ・ゆかりふりかけ) (こんぶ・みかん・牛乳)	牛乳 こんぶ みかん	軟飯 野菜の卵とじ (鶏卵・しらす・玉葱・人参・小松菜) みそ汁 (玉葱・人参・キュウリ・味噌)	赤 ちゃん せんべい み かん
28	木	牛乳 柿	胚芽米入りごはん 豆腐のすまし汁 レンコンと鶏肉の炒め物 人参のごま油和え	(精白米・胚芽米) (木綿豆腐・玉葱・エノキ・小葱) (レンコン・鶏肉・玉葱・椎茸・三つ葉) (人参・モヤシ・キュウリ) (パイン缶・粉寒天・牛乳)	牛乳 パインかん	軟飯(胚芽米入り) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉・玉葱・人参・レンコン) すまし汁 (豆腐・玉葱・人参・モヤシ・キュウリ)	りん ごの 甘 煮
<b>29日(金)は 10月のお誕生日会献立になります</b>							
29	金	牛乳 りんご	栗ごはん チンゲン菜のみそ汁 ピワマスのパン粉焼き ナスの炒め煮	(栗・精白米) (チンゲン菜・玉葱・モヤシ・エノキ・味噌) (ピワマス・大葉・マヨネーズ・パン粉・青のり) (ナス・しめじ・板コンニャク・人参) (カボチャ・カボチャのタネ・小麦粉・無塩バター・鶏卵・ベーキングパウダー・バニラオイル・牛乳)	牛乳 パンブキン ケーキ	軟飯 タイの塩焼き・野菜の煮物 (タイ)(チンゲン菜・玉葱・人参・ナス) みそ汁 (玉葱・人参・モヤシ・味噌)	パ ン ブ キ ン

**【琵琶湖にしか生息しない幻の魚 ピワマス】**

ピワマスは、サケ科の琵琶湖固有種です。大きいものでは体長60cmほどにもなり、琵琶湖に注ぎ込む河川で冬に孵化した稚魚は初夏に琵琶湖へ下り、冷水層でコアコ・イサザ・エビなどを食べて3～4年かけて成長した後、故郷の河川へ再び遡上し、卵を産んで一生を終えます。海と琵琶湖の違いはありますが、サケと同様な生活をする魚が琵琶湖にいることはあまり知られていません。ピワマスの身の色は鮮やかなサーモンピンクで、エビを多く食べた年は身の赤みが増します。秋の産卵期を前にしたピワマスは『雨の魚(アメノウオまたはアメノイオ)』と呼ばれます。これは秋に雨が降って河川が増水するタイミングで卵を抱えたピワマスが遡上してくるため、そのタイミングで獲られることが多かったことからこの名がついたといわれています。(諸説あり)アメノイオを1匹丸ごと使った『あめのいおご飯』は滋賀県の郷土料理で、平成10年に滋賀県選択無形民俗文化財『滋賀の食文化財』として選択されています。湖東・湖西・湖北・湖南で作り方や材料が異なり、湖北地域では『ます飯』と呼ばれています。ピワマスは湖の深いところで生息するため、昔の漁具ではなかなか捕まえることができなかったことから『幻の魚』といわれ、その幻の魚と人々が出会える貴重なチャンスが河川を遡上する秋ですが、秋のピワマスは脂が落ちているため、美味しく食べるために工夫がされた料理が『あめのいおご飯』といわれています。



今回のピワマスは滋賀県漁業協同組合連合会さんが行われている【湖魚等を活用した学校給食提供推進事業】に参加し、提供して頂きました。この事業は新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けている県内の水産事業者について、学校給食に滋賀県産の魚介類(湖魚)を活用することで滞留している流通を促すという取り組みです。コロナ渦中で普段の生活でも多くの制限が求められる中、滋賀県産の貴重な食材で子どもたちに食体験をしてほしい、また食事が園での思い出の一つになってくれたら嬉しいなという思いを込めて参加させていただきました。