

# 10月 きゅうしょくだより

令和8年10月1日

浦和いろは保育園

## げんきこんだて (10月10日)

きのこごはん  
さんまの煮付け  
さつまいもサラダ  
白菜のみそ汁  
りんご



## 行事食(ハロウィン) (10月30日)

ケチャップライス  
鶏のからあげ  
かぼちゃのスープ  
フルーツポンチ



今年もこのきせつがやってきました

## 新米 おこめの保存方法

お米のおいしさを守るためお米の正しい保存方法を紹介いたします。

お米の袋には重ねて積めるように小さな空気孔があります。なので、虫の侵入や、匂いがうつりやすくなります。特にお米には水を吸収しやすい性質もあり、湿気で変色やカビの発生、匂いが移りやすいため、強いにおいのするにんにくや洗剤、灯油のそばに置くのは控えましょう。

お米は専用の蓋のある密閉容器に移し替えることをおすすめします。(袋のままでも可)密閉容器に入れることで虫の発生、侵入を防ぎます。シンクの下や直接日光が当たる場所は避け、すずしい場所で保管することをおススメします。

お米に明確な賞味期限はありませんが、精米後、夏場は約30日、冬場は40日以内を目安にするとよいでしょう。