



きゅうしょくだより



令和6年4月 あおぞらばれっと保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。日ごとに暖かくなり、桜や菜の花などの花々がきれいに咲き始めています。新しい生活が始まり、これから出会う友だちや大人に子どもたちは胸をときめかせていることでしょう。いっぱい遊んでいっぱい食べて、楽しい毎日を過ごしてもらいたいと思います。楽しく食べる環境を作り、大人、お友達と一緒にいろんな感性を育てていけたらと思います。毎日食べる食事は子ども達の心と身体を育てます。日々成長していく子ども達の糧となる給食であるように、私たちも努力していきたいと思います。1年間、どうぞよろしくお願ひします。

【美味しく・楽しく・安心して食べよう！】

和食を中心とした献立で、主食(ごはん、パン類、麺類)、汁物、主菜(肉・魚・卵・大豆製品等を主とするおかず)、副菜、果物の組み合わせを基本にしています。また、旬の食材を取り入れて、季節を味わえるよう心がけています。

(※アレルギーをもつお子さんには除去食、代替食をご用意します。)

乳児クラスと幼児クラスとでは、味付けや量、切り方を変えて提供しています。

(乳児クラスの提供量は、幼児クラスの2/3量位を目安に盛り付けています。

味付けも乳児用は幼児用よりも薄めにしています。)

スプーンやコップも年齢に合わせた食器を使用しています。

毎月の誕生会の給食は幼児クラスの誕生児は車の形をしたランチプレートによそっています。

また毎日、給食のサンプルや展示野菜の写真を給食サンプルケースに展示しています。

サンプルケースの中には、主に幼児クラスの給食及びおやつと離乳食を展示しています。

「今日の給食は何だったかな?」「美味しかったかな?残さず食べられたかな?」など、お子さんと会話していただけるきっかけの一つになり、また食に興味や関心をもっていただけたらと思います。

(インスタグラムで日々の給食を掲載しております。ぜひ、ご覧ください。)



【美味しい給食作りを目指してがんばります。よろしくお願ひします。】



【今月の郷土料理～北海道・埼玉県～】

4月は北海道の「いももち」と埼玉県の「みそポテト」を予定しております。

「いももち」・・・じゃがいもを茹でた後、芋をつぶして小麦などを混ぜてお餅にしたもので、北海道の郷土料理です。おやつに提供します。

「みそポテト」・・・秩父地方に古くから伝わる郷土料理です。

揚げたじゃがいもに甘味噌を絡めます。おやつに提供します。

【おすすめレシピ(いももち)】

【材料(5人分)】

・じゃがいも・・・250g ・食塩・・・0.5g ・片栗粉・・・25g ・しょうゆ・・・5.0g ・焼きのり・・・お好みで

【作り方】

- ① じゃが芋は皮をむいて蒸す(または、ゆでる)
- ② 茹でたじゃが芋をつぶして塩と片栗粉を混ぜる。(もちもち感が出ます)
- ③ 形を整えて、表面に醤油を塗って軽く焼き、海苔をまく。

※表面をバターで焼いて、砂糖醤油のタレに絡めてもおいしいです。

