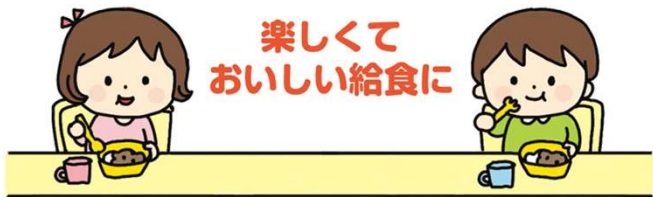




暖かな春風に包まれる中、ご入園・ご進級を迎えましたこと、おめでとうございます。
保育園給食では、子供たちの成長を考え、エネルギー量や栄養バランスを考えて作っています。
また、安心安全な給食を提供できるよう細心の注意を払っています。
一年間どうぞよろしくお願いいたします。



子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

こだわりポイント

- 旬の食材を使う
- 添加物や農薬に気をつけて食材を選ぶ
- だしから、すべて手作りにする
- 硬さや大きさなど年齢に合った形状にする

離乳食



朝ごはんを食べよう!

朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量が多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!

給食室での食中毒対策

- 清潔な服装・マスクをつけ、しっかり手洗いをしアルコール消毒します。
- 野菜や果物は適切に洗浄、場合により消毒します。
- 果物やそれ以上加熱しない食品、調理済みの食品には手袋を使用します。
- 食品は、加熱後、温度計で中心部の温度を測ります (75°Cで1分以上)。
- 調理器具や食器、ふきん、スポンジなどは熱湯、または次亜塩素酸ナトリウムで消毒します。
- 包丁・まな板・器具等は用途別に分けて使用します。



旬のタケノコ

春は芽吹き季節。タケノコもあたたかさとともに土から頭を出します。水煮は年間を通して出回っていますが、香りや味は生から調理したものにはかないません。ゆでたり、炒めたりして、この時期だけのおいしさを味わいましょう。ゆでた後に節の間などに白く固まっているのはチロシンというものです。水に溶けにくいために浮き出てきますが、体に悪いものではなく、必須アミノ酸の一種なので安心して食べられます。

