



給食だより

2022年度 ゆらりん自由が丘保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。

給食室では、旬の食材を使った安全でおいしい給食作りを心掛け、楽しい食事や、様々な食に関する体験を通して、食への興味が持てるような環境づくりをしています。お子様の食についてご質問がございましたら、お気軽に給食室にお声かけ下さい。



<保育園の給食について>

ゆらりんではできる限り食材にこだわり、素材の味を生かした給食を作っています。

- 添加物…調味料や麦茶などはできる限り無添加のものを使用しています。
- おやつ…基本的に手作りしています。甘いものだけではなく、野菜やご飯ものを多く取り入れています。
- お楽しみメニュー…行事の日には、いつもと違った特別な日を演出するために行事食を提供しています。給食サンプルケースに見本を掲示していますので、お迎えの際はぜひご覧ください。また、コドモンにも当日の給食の写真を掲載しています。

*園の一日の栄養量の乳児50%、幼児は43%を補えるよう献立をたてています。
 *園では卵・貝類・甲殻類(エビ・カニ等)・マーガリン・ナッツ類は使用いたしません。(マヨネーズ、食パン、ベーコン、ハムは卵が入っていないものを使用しています。)

<食育活動について>

大きく分けて講話・クッキング・栽培の3つに分かれています。

～講話～

三色食品群や食事マナー、その他「食」関わるお話など、年齢に合わせて栄養士、調理師が中心になり子ども達の前でお話します。教材は子どもたちが分かりやすいものを使用しています。



子どもたちが分かりやすいものを使用しています。

～クッキング～

新型コロナウイルスの感染状況を踏まえ、安全、衛生に十分考慮をした、楽しく身になる食育活動を計画しております。



～栽培～

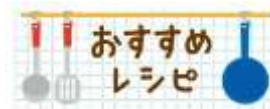
野菜を玄関の前のプランターで栽培します。クラスで育てている野菜を子どもたちが毎日水やりをし、愛情をもって育てられるように関わっていきます。



<献立表について>

完了食、乳児食、幼児食では食材を食べているかどうかのチェックは行いません。**献立を事前に見ていただき、心配な食材はお家でお試ください。**

また、ゆらりんでは毎日冷たい牛乳が出ます。飲み慣れていない方はお家で牛乳をお試ください。



お麩ラスク

砂糖を控えてきな粉を青のりに変えても、スナックみたいで美味しいです♪



<材料(1人分)>

麩…12g、バター…4g、砂糖…5g、塩…0.1g、きな粉…3g

- ① バターを溶かし、お麩にからめる
- ② 砂糖、塩をからめる
- ③ トースターで2～3分焼、きな粉をまぶす

給食サンプルケース横に「おすすめレシピ」を掲示しています。
ぜひ参考になさってください♪