



2021年度 4月号

ゆらりん自由が丘保育園 給食室



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…調味料や麦茶などではできる限り無添加のものを使用しています。
- 産地 …主に国産を使用しています。区の放射能検査を年6回実施し、食育コーナーの横に掲示します。
- 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…行事の日にはかわいい行事食を用意し、いつもと違った特別な日を演出しています。食事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。

- *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。)
- *牛乳はタカナシ乳業の「北海道3.7牛乳」を使用しています。
(放射能検査済み：不検出)



<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～

三色食品群や箸の持ち方、配膳について等、年齢に合わせて栄養士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ように手作りしています。



ように手作り
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～

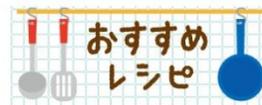
野菜を玄関の前のプランターで栽培します。クラスで育てている野菜を子どもたちが毎日水やりをし、愛情をもって育てられるように関わっていきます。



<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