

給食だより

2021年 4月1日 4月号

ゆらりん港南保育園

栄養士 今岡 琴絵

ご入園、ご進級おめでとうございます。4月を迎えて、新しいクラスに進級したお友だち、初めて保育園に入園したお友だち、それぞれの気持ちを新たに新年度がスタートしますね。子ども達が元気にすごせるよう、安心・安全でおいしい給食を提供していきたいと思います。よろしくお願い致します。



サイクルメニューについて

保育園では、1ヶ月で1つの献立を2~3回繰り返す、サイクルメニューを取り入れています。

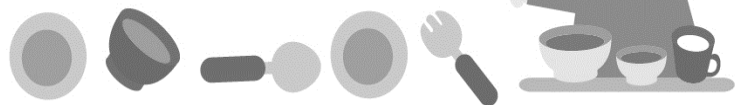
同じメニューを繰り返すことで、いろいろな食材や料理に出会い、始めは食べられなくても繰り返すことで慣れ、おいしさを感じてもらうことが目的です。



給食の展示について

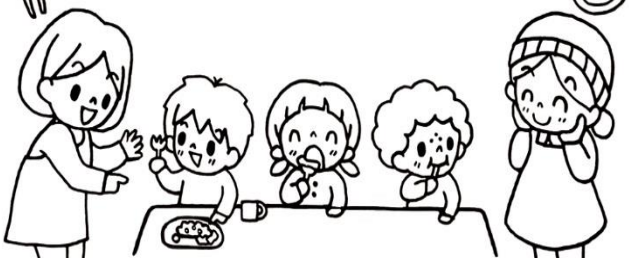
当日の給食は、正面玄関前に毎日展示しています。子どもたちが食べている保育園のごはんやおやつをぜひ、ご覧になってみてください。

またコドモンにも写真を載せているのでそちらでもご覧頂けます。



幼児食の味付け

味覚は身体の成長と同時に形成されていき、子どもは少しの味付けで十分に味を感じることが出来ます。保育園では、汁物はだし汁(g)の約0.6%塩分、おかずは食材(g)の約0.5%塩分に味付けています。これは大人の味付けの約3分の2にあたります。胡麻・かつお節・だしを活用すると薄味も気になりにくくなります。ご家庭でも味付けが気になるときはぜひ参考にしてみてください。



お誕生日会メニューについて

毎月お誕生日会の日には特別メニューを提供しています。今年度は世界各国料理をテーマに子どもたちが世界の国の食文化に触れる機会をつくる食育も兼ねています。毎月どんなメニューがでるのか楽しみにしててください。今月は韓国料理です。

☆メニュー☆

プルコギ丼

チョレギサラダ

ミヨックク(わかめスープ)

☆おやつ☆

あんこのホットク

