

ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食作りを目指します。食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ、お友だちとの食事が待ち遠しくなったり、ホッとする時間になるように願っております。給食室では、子どもたちへの愛情はもちろん、“子どもの口に入るものを作る”という重要な役割にやりがいと責任を持ち、今年度も調理員3名でおいしい給食やおやつを作っていきたいと思っております。一年間宜しくお願いします。

～給食について～

☆給食は『食事摂取基準』をもとに作成しています



《給食へのこだわり》

◎おいしさへの追求！

- ・パンの日は、同じビル内にあるパン屋の“リベルベ”さんから、焼き立てのパンが届きます！
- ・日々の給食やおやつの様子から、子どもたちの食傾向を確認し、毎月の献立を作成しています
- ・季節の食材がおいしく味わえるよう、旬の食材を使用しています

◎薄味でもおいしく！

- ・ごまやかつお節など、サラダや和え物で使用する際は、一度煎ることで、香りを出しています
- ・『だし』を取り、汁物や煮物、離乳食で使用し、食材のうまみを引き立たせるようにしています

◎安心・安全！

- ・食材は国産を中心に使用し、加工食品や調味料などは無添加のものを使用するようにしています
- ・食材は全て加熱をして提供しています！



豊洲フロント の わくわく食育ご紹介！

給食がよりおいしく楽しい時間になるよう、あらゆる食育を通して、「食」を知り、興味を持てるようにしていきたいと考えています。子どもの声を大切に、主体的な活動に繋げていくことを目指しています。



いちご狩り

“果物が好き”という理由から、好きな果物について探求する活動を行い、最後に、収穫体験として『いちご狩り体験』を行いました。



野菜栽培

姉妹園のテラスをお借りして、夏と秋で野菜栽培を行いました。収穫した野菜は、子どもたちと一緒に料理を考え、クッキングを通して、食べる経験をしています。

※江東区保健所に確認後、栽培野菜を使用しています

昨年度初めての“親子クッキング”を開催しました。保育園の成長した子どもたちの姿を見てもらうため、『カレーライス』のクッキングをしています。



親子クッキング

0-2歳児クラスも五感を刺激した食育活動



旬を味わおう！春キャベツを使った『春キャベツとにんじんのごま和え』

春キャベツは、ビタミンCが豊富に含まれた食材です！旬の時期は、甘みが増し、サラダや炒め物におすすめです。春ならではの味わいが楽しめます♪

材料(幼児3人分)

- ・春キャベツ：50g(葉1枚)
- ・にんじん：50g(1/3本)☆
- ・こまつな：35g(3枚)
- ・しょうゆ：3.5g(小さじ1/2)強
- ・砂糖：3g(小さじ1)
- ・すりごま：3g(小さじ1/2)
- ・ごま油：2g(小さじ1/2)

作り方

- ①野菜は食べやすい大きさに切り、にんじん・キャベツ・こまつなの順に茹でていく
- ②茹でている間に☆の調味料を全て混ぜておく
- ③野菜がやわらかくなったら、ザルにあげ、水で流水にさらし、水気を絞る
- ④③を②の調味料で和えたら完成