

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づくりを目指します。食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ、食事の時間が楽しみで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。

調理室メンバー紹介♪



1年間よろしくお祈りします🌸

食事に関するお悩みや気になる点などがありましたら、直接お声がけいただくか、担任や連絡ノートを通じてご相談ください。少しでも悩みが改善されるよう、協力させていただきます！



調理室の中をちら見せ→

こだわり食材と調味料



食材・調味料は国産や無添加を意識し、毎日使用する野菜や果物は新鮮なものを取り入れるようにしています。そのなかの一部をご紹介します。

- ハムは、豚肉本来のうま味が味わえるように、合成添加物が入っていないものを使用し、他の加工肉も同様になります
- マヨネーズは、卵を使用していないノンエッグマヨ
- コンソメは、アレルギーに対応し、香料・着色料などが使われていない無添加のもの

よりおいしくするために、..

毎日かつお節と昆布を使い、だしを取っています。このだしを離乳食や、汁物、煮物、炊き込みご飯などの料理で使い、薄味でもおいしくなる工夫をしています。



すべての野菜は、噛みやすくするためと、衛生面に考慮して、加熱してから提供しています。



さまざまな食育を通して、子どもたちにとって食事がおいしく、楽しみなものになるように考えていきます。また、食育だけではなく、食材選びや、食事がおいしくなるための工夫を取り入れながら、子どもの食べたい意欲に繋げていきたいと思っております♪

2023年度人気レシピ紹介☆

『じゃがいもとエンドウの炒め物』

今が旬のスナップエンドウにホクホクのおいも、子どもに人気のウィンナーが合わさった、昨年度の人気副菜をご紹介します♪  
手先が器用になる3歳ぐらいから、スナップエンドウのすじ取り。2歳からじゃがいもの泥落としをするお手伝いを通した食育を取り入れてみるのもいいかもしれません！

材料(幼児5人前)

- じゃがいも：150g(中1個) ●ウィンナー：40g(2~3本)
- たまねぎ：100g(小1玉) ●スナップエンドウ：25g(5本)
- 油：3g(小さじ1/2) ●顆粒コンソメ：1g(小さじ1/4)
- 食塩：0.5g(少々)

作り方

- ※スナップエンドウはすじ取りの下処理をあらかじめ行う
- ①じゃがいもを1cm角に。ウィンナーは輪切り。玉ねぎは薄切りのスライスに。スナップエンドウは1cm 状に切る。
  - ②フライパンに油をひき、玉ねぎ、ウィンナー、じゃがいも、スナップエンドウの順に炒めていく。少し水を加え、蓋をし、じゃがいもが柔らかくなるまで、蒸し焼きにする
  - ③②に調味料で味付けをし完成