



令和6年度 給食便り 4月

幼保連携型認定こども園

歌敷山保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。新しいお友達を迎えて、新年度がスタートします。これから始まる新しい環境で、みんなで食べる食事に喜びや興味を持てるように、いろいろな献立を考えていきます。子ども達にとって、おいしい給食・楽しみなおやつの時間になって欲しいです。

今月の給食便りは「保育園の給食・おやつ」についてご紹介します。

<献立や行事食について>

味付けはうす味、だしは「いりこ・昆布・かつお節」からとり、食材の味を大切に調理しています。四季を感じられるよう、旬の食材を取り入れた献立にしています。週に1回、白米ではなく栄養価の高い7分つき米を取り入れ、しっかり噛む習慣を身に付けていきます。行事食では、七草粥・節分の巻き寿司・ひな祭りのちらし寿司などを取り入れ、日本の大切な文化を伝えていきます。その他にも、昨年度は月に1回、世界の料理の日をもうけ、イギリスのコテージパイ、イタリアのチーズリゾット、アメリカのハンバーガーを楽しみました。本年度は日本の郷土料理を作ります。



<毎日飲むお茶について>

1年中ほうじ茶を使用しています。ほうじ茶はお茶の中でもカフェインの含有量が少ないので、小さなお子さんでも安心して飲むことができます。



<食器について>

食器は割れにくい強化磁器食器を使用しています。手の大きさや持つ力を考慮し、0歳から2歳児用と3歳から5歳児用のお皿を変え、食事をしています。3歳児からは、自分で食器を持って食べる力をつける為、茶碗+主菜皿+副菜皿+お椀または片手マグを使用しています。



<3時のおやつについて>

火曜日と土曜日を除き、手作りおやつを提供しています。(パン・ゼリー・おにぎり・クッキー・蒸しパン・焼きそば・チヂミなど) おやつに使用する材料は、トランス脂肪酸の多いマーガリンではなく、バターを使用しています。ホットケーキミックス・ベーキングパウダーはアルミフリーのものを使用しています。市販のお菓子は、合成着色料・合成保存料・化学調味料などを使用せずに作られている健康志向菓子の「株式会社サンコー」のものを使用しています。

<食の安全性について>

- 米・・・神戸産キヌヒカリの減農薬のお米・7分つき米を「神戸米っこ物語」から納品
- パン・・・ヒシヤ食品から納品
- 野菜・・・担英未来(垂水市内の八百屋)から納品
- 肉・・・ミートショップあとべから納品
- 魚・・・(株)泉平から納品
- 牛乳・・・舞子ミルクセンター・コープこうべから納品



<食育・栽培・クッキングについて>

各クラス年齢に合わせて、食材に触れたり、栽培・収穫・クッキングを行っています。2歳児クラスは翌日の食材に触れ、食材の名前や形、どんな料理になるかを学びます。3～5歳児クラスは月に1回、食育の時間を設けて、季節の食材や行事食など「食」に関することを学びます。また、お当番さんは給食を食べる前に、給食のお味見をしたり、食材が赤・黄・緑のどのグループに当てはまるか、体に入るとどんな働きをするのかを考えます。クッキングでは、自分達で育て、収穫した野菜を調理することで、食に興味をもち、食べる楽しさを感じてくれています。また、苦手な野菜も食べられるようになった子もいます。

<調理室からのコメント>

食べる事は生涯続くことであり、健康の基本だからこそ、まずは「食べる事って楽しい!」と子ども達に感じて欲しいと思います。食べる楽しさを知ることで、大人になっても「食」を大切にすることができ、「生きる力」を身につけることができます。毎日食べる給食が、子ども達の心と身体の成長につながるよう、日々取り組んでいきます。

4月の食育では、食べ物の栄養の働きを赤・黄・緑のグループに分け、バランスのよい食事の大切さを伝えます。



★4月の日本の郷土料理★

今月は「富山県」です

<メニュー>

- ・のっぺ汁
- ・高岡なっぺコロッケ
- ・豆腐の田楽

