



「おい〜い！」通信

あおい保育園
給食だより R4.4.1

ご入園、ご進級おめでとうございます！

心地よい春風と共に、わくわくの1年が始まりました。
新しい友達、新しいクラスといった環境に、子ども達は期待に胸を膨らませていることと思います。
給食の時間が楽しみになってもらえるよう、また日々の給食を通して食べることを楽しみ、食に興味を持ち、食に関する様々な体験を楽しんでもらえるよう心がけていきたいと思ひます。
今年度も、よろしくお願ひいたします。

今月のおすすめメニュー

豆腐の落とし揚げ

《材料 4人分》

- 豆腐・・・1/5丁 片栗粉・・・大さじ2
- 豚ミンチ・・・150g 塩
- しらす干し・・・5g しょう油
- ひじき・・・5g 油
- 玉葱・・・1/2個
- 人参・・・1/5本
- 葱・・・3本
- 卵・・・1個

《作り方》

- ①豆腐は水切りする。
- ②玉葱、人参はみじん切り、葱は小口切りにする。ひじきは水でもどす。
- ③ボウルに①をつぶして入れ、豚ミンチ、②、しらす干し、卵、調味料、片栗粉を入れてよく練る。
- ④一口サイズに丸め、油で揚げる。

色々な具材が入って栄養満点！
しらすの代わりにエビを入れても
おいしいですよ



あおい保育園の給食

- 屋食 ◇時間
 - すみれ組・・・10時45分頃
 - ゆり・さくら組・・・11時頃
 - きく・ちゅうりっぷ・ぼら組・・・11時30分頃
- ◇内容 「ご飯+主菜+副菜+汁物+果物」
毎週水曜日は麺の日 「麺類+主菜+副菜(汁物)+果物」
- 和食中心に・・・栄養バランスが良い
- 旬の食材を取り入れます・・・旬の食材は栄養価が高くおいしい！
- 行事食・郷食を取り入れます・・・食文化を伝えていきます

毎月「予定献立表」と「給食だより『おい〜い』通信」を発行し、食に関する情報をお届けします。
また、玄関に「今日の給食」の写真を掲示しています。親子の楽しい会話のきっかけや、食事の参考にしていただけると嬉しいです。



♡毎月「お弁当の日」があります。
(7.8.1月はありません)
♡毎月誕生会の日は「お赤飯」です。

※給食では、誤嚥防止のためうずら卵やミニトマト等は月齢に応じて半分や1/4に切って提供しています。
おにぎりの時の海苔は、噛み切ることが難しい月齢には提供しないなど、咀嚼や月齢、合わせて安全に食べられるよう配慮を行っています。
お弁当持参の際にも球状のものは切るなどご配慮いただきますようよろしくお願ひいたします。

＊特別食への対応＊

離乳食



- * 離乳食は食べる(かむ)ことを学習し、食べる楽しさや意欲を育てる時期でもあります。ご家庭での食事の状況をお聞きしながら、一人ひとりの「食べる力」にあわせて進めています。
- * 食欲や咀嚼やく機能の成長、発達に応じて食事の量、調理形態に配慮した食事を作ります。
- * 食べようとする意欲を大切に、手づかみ食べを見守ります。

食物アレルギーによる除去食



* 病院の診断書、保護者からの除去依頼書をもとに、除去食・代替食を個別に作ります。

＊4つのおさら＊



給食では、主に主食のご飯を中心に、「一汁二菜」(汁・主菜・副菜)からなる日本型食事形態をできるだけ献立に取り入れています。この「4つのお皿」(ご飯・汁・主菜・副菜)がそろると自然とバランスのよい食事をとることができるといわれています。子ども達は、日々4つのお皿がそろっていることを確認しながら給食を食べています。

