

ご入所(園)・ご進級、おめでとうございます

今年も桜の花の便りとともに、入所・進級の時期を迎えました。新入児にとって保育所(こども園)での生活は、大勢の友達との集団生活やみんなと一緒に食べる食事など、新しい体験の連続です。進級したこども達も環境の変化にとまどうことも多いでしょう。こどもは、おとなと違って、成長に必要な分の栄養も摂取しなければなりません。ご家庭でも、バランスのとれた食事を心がけてください。



保育所(こども園)の食事ができるまで

① 献立原案の作成

栄養士が、食品のバランスや調理方法、こどもの嗜好などを考慮して、献立の原案を作成します。

② 献立検討会

献立原案をもとに、アレルギー症児に対する除去食や調理工程などを検討します。
(参加者は、保育士・保健師(または看護師)・調理師・栄養士です。)

③ 給食会議

調理師が作る側の立場から、調理の工夫点や衛生面の注意点などを検討します。

④ 職員会議

各保育所(こども園)の職員会議で、保育士が食べさせる側から検討します。
(こどもの嗜好を把握して、苦手な食品も食べられるように工夫します。)

⑤ 献立表・こんだてだよりの作成

②・③・④で出された意見を参考に原案を見直して、献立表とこんだてだよりを作成します。

⑥ 調理

⑤の献立表をもとに、各保育所(こども園)で調理します。

⑦ 配膳

行事食や季節の食べ物も取り入れます。



おいしくて、安全な食事を作っています。



いただきま〜す！



調理室からこんにちは！



今回は、2日(木)・15日(水)の昼食の「豚肉のオレンジ炒め煮」を紹介します。



(材料) (4人分)

豚肉	200g
塩・こしょう	少々
玉ねぎ	90g
油	小さじ1
オレンジジュース	大さじ4
しょうゆ	大さじ1/2

(作り方)

- ①豚肉は2cm幅に切り、玉ねぎは3mmの薄切りにします。
- ②鍋に油を熱し、豚肉を入れて炒め、塩・こしょうをします。さらに玉ねぎを加えてよく炒めます。
- ③②にオレンジジュースとしょうゆを加え、汁気がなくなるまで炒め煮にします。

作り方を教えてほしいなど、気軽に声をかけてくださいね！

