

ご入所(園)・ご進級、おめでとうございます！

食事は、こどもたちが大きく健やかに成長するのに必要な役割を担っています。保育所・こども園の給食は、こどもの成長に合わせた食事の提供を心がけています。旬の食材や、園庭で採れた野菜なども給食に登場しますので、楽しみにしててくださいね♪



～保育所・こども園の給食ができるまで～

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、手作り給食をモットーに、献立原案を作成します。

② 給食会議（参加者…保育士・看護師または保健師・調理師・栄養士）

献立原案をもとに、会議で意見を出し合い、献立を決定します。

また、アレルギー症児に対する除去食や調理工程などを確認します。

③ 献立表・こんだてだよりの作成

給食会議で決定した献立の「こんだてだより」と「献立表」を作成します。

④ 調理

献立表をもとに、各保育所・こども園で調理します。

おいしく、安全な食事
を作っています。



⑤ 配膳

最後に盛りつけ、こどもたちに提供する準備をします。

いただきま〜す！



保育所・こども園の食事について

- ◇ 毎日玄関に、当日の食事(3歳児量)を展示します。ご家庭での食事の参考にしてください。
- ◇ 「こんだてだより」は毎月発行します。なるべく、ご家庭での食事が重ならないよう、ご配慮ください。
- ◇ 「栄養だより」は、偶数月に発行します。食事に関する情報をお伝えします。
- ◇ 毎月の誕生会及び季節行事では、特別献立を実施しています。お楽しみに！
- ◇ 体質に合わない食べ物(アレルギー等)があれば、担任までお知らせください。
※食物アレルギーの対応は、医師の指示が必要です。所定の用紙をお渡ししますので、医師に記入してもらい、提出してください。
- ◇ 給食材料の発注の関係上、お盆やお正月など、お休みされる場合は、事前にお知らせください。
※食品ロスの削減にご協力をお願いします。

毎月の献立をお楽しみに！

保育所・こども園では、旬の食材を使用した献立や、節分やひな祭りなどといった行事食を大切にしています。

毎月、様々な食材や献立が出てきますので、楽しみにしててくださいね♪

今回は…4月・5月に出てくる春の食材をご紹介します！

いつ出てくるかは、お楽しみ♪ぜひ、探してみてくださいね！

たけのこ



成長が速く、すぐ竹に成長してしまいます。たけのこを食べて、春の訪れを感じてみましょう！

スナップエンドウ



アメリカから日本にやってきた野菜です。スナップとは、英語で「ぼきっと折れる」様子を意味しています！

春キャベツ



葉がやわらかく、みずみずしいのが特徴です！キャベツちぎりのお手伝いをしてもらっても楽しいと思います♪

そらまめ



そらまめのさやは空を向いて実ります。鮮度が落ちやすいので、茹でる直前にさやから出すようにしましょう。

新玉ねぎ



水分が多く、辛みが少ないことが特徴です。サラダなど生で食べるのがおすすめです♪

新じゃが芋



水分が多く、皮が薄いのが特徴です。皮のまま調理しても、美味しく食べられますよ♪

調理室からこんにちは！

4月16日(木) 3時おやつ

人参ジャムサンド



<材料> 5人分

- ・サンドイッチ用食パン …10枚
- ・にんじん …150g(1本)
- ・砂糖 …20g(大さじ2)
- ・レモン …7g
- ・バター …7g

<作り方>

- ①人参を適当な大きさに切り、茹でる。水を切り、ゆで汁を少し入れてミキサーにかける。
- ②鍋に①と、砂糖・レモン汁・バターを入れて火にかけ、とろみが出るまで煮詰める。
- ③食パンに②を塗り、サンドして食べやすい大きさに切る。