

今月の給食目標

楽しく食べましょう



2023. 4. 1
文責 (杉本)



ご入園・ご進級おめでとございます



うらかな春の陽気と共に、今年度がスタートしました。
ドキドキ？ワクワク？新年度を迎えたお子様の様子はいかがでしょう。私達も子ども達のいろいろな気持ちをしっかり受け止めて、園での生活に慣れ楽しんで欲しいと思っています。

＊給食室よりこんにちは＊

大道保育園の食育目標は、【楽しく食べる経験を深め、食を営む基礎を育む】としています。人が営む食事は栄養摂取だけがその目的ではないと思います。身体と同時に心も育まれ、食を共にする人々と豊かな時間を過ごしていけると良いですね。そのような日がいつの日か来ることを信じて、食育の形を考えていたら良いなと思います。

『食育』は、赤ちゃんの頃からすでに始まっているといわれています。子どもの成長はあっという間ですよね。その成長を見逃さず、保護者の方とともに、子どもの成長を見守らせていただきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

～大道保育園の給食紹介～

- ✿日替わりで、発芽玄米・雑穀米・もち麦・ベジプロスご飯なども取り入れています。
- ✿野菜は茹ですずに蒸して使います。→茹でると栄養も一緒に流れてしまいがちですが、蒸すことで栄養を閉じ込めます。
- ✿ベジプロススープを使います。→おかげさまで7年目を迎えることができました。
(玉葱の皮やパセリの茎など廃棄野菜を煮だしたものを) 出汁として使います。
免疫カアップに効果的といわれているファイトケミカルが多く含まれます。
- ✿化学調味料は使用せず、天然のだし(かつお節・いりこ・昆布・あごだし・無添加コンソメ)を使います。
- ✿加工食品(ハムやベーコン、ウインナー)は使用しません。
- ✿砂糖は、主にてんさい糖を使用し、上白糖・キビ砂糖は料理によって使い分けます。
- ✿野菜の皮(バリア)、野菜の芯(生長点)も使います。
- ✿いりこ・いりこのふりかけ・ミネラルふりかけを提供しています。
- ✿発酵食品を多く取り入れた日本食の献立を心掛けます。
※味噌は保育園の手作りです。10月頃、食べ頃の時期を迎える予定です。
- ✿3歳以上児は、ランチルームでの時差式給食となります。
- ✿0・1・2歳児は各クラスでの食事になります。
- ✿離乳食は、保護者の方と相談しながら、子どもの成長に応じた食事形態を心がけて提供します。
- ✿アレルギーの対応をします。
※医師の診断書が必要となります。ご相談下さい。



給食室メンバー紹介



子ども達の笑顔のために美味しい給食作りを頑張ります!!



上村真紀子



有働正子



杉本美絵



大島 朗