

みゆきキッチンだより

令和4年 4月

原町みゆき保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます♪



子ども達が保育園での生活を健やかに過ごせるように、旬の食材や素材の味を大切に、栄養バランスを考えた、安心・安全な食事作りを心掛けていきます。保育園の食事には行事食やお楽しみメニューも取り入れていますので、食事の時間が楽しい思い出となるよう調理職員一同、努力してまいります。よろしくお願ひします。

◎栄養士 吉田真由美 中島麻寿 庄恵里佳 北野奈菜恵

◎調理師 綱島葉瑠奈 粕谷博之 伊達勇介

- ✿調理室では0歳児から5歳児クラスまで発育段階に合わせて食材の形や大きさ、味付けを工夫し、クラスの担任と子どもたちの食事の様子を確認しながら調理しています。
- ✿園で使用する食材・食品は、取引店と相談・連絡し合いながら安全なものを仕入れています。
- ✿玄関前の給食見本置き場では、0歳児用の前期食、中期食、後期食、乳児食（2歳児用）、幼児食（5歳児用）の展示をしていますのでぜひご覧ください。



〇お昼ごはん〇

ご飯…農薬5割減で、ビタミン・ミネラル・脂質等の栄養が豊富な

7分つき米を、食べやすい硬さで炊いています。

汁物…和洋によって、昆布・煮干しの合わせだし又は、

昆布・かつお節の合わせだしを取り、使用しています。

主菜・副菜…旬の食材を取り入れ、食べやすいよう調理しています。

フルーツ…季節に合わせた果物を提供しています。



〇おやつ

手作りのおやつを提供しています。3回食で補いきれない栄養を摂るために、甘いケーキやトーストの他に、おにぎりやうどんなどの軽食のメニューもあります。

おやつが子どもたちの楽しみの時間となるよう、プチクッキングやクッキングを取り入れています。

〇食育

1、2歳児クラスはプチクッキングとして、旬の野菜に触れる機会があります。3～5歳児クラスでは、ラップおにぎりなどのプチクッキングの他に、年齢に合わせ、お昼ごはんやおやつを自分たちで作るクッキングを予定しています。

食事のマナーやお箸の持ち方などクラスの担任と様子を見ながら、進めていきます。

〇魚の解体ショー

捌いた魚は調理し、給食で提供しています。

目の前で大きな魚が見られるので、子どもたちに大人気のイベントです。

〇試食会

保護者の方を対象に「手作り献立試食会」を7月、2月に開催する予定です。

ご参加お待ちしております。

