

♪ご入園・ご進級おめでとうございます♪

少しずつ暖かくなり、春の訪れと共に新しいクラスがスタートしました。1年間を通して季節の野菜や果物に触れて、好きな食材や食べられるようになったものを沢山増やしていけると良いですね。子ども達にとって、これから始まる保育園の生活が楽しく居心地の良いものとなりますよう、給食室もおいしく安全な給食作りで応援します。1年間どうぞよろしくお願い致します。



1歳～

丸呑みをして喉に詰まらないよう、粗キザミにし野菜や果物は手づかみで食べられる大きさに切りそろえます。皮は喉に引っかからないように剥きます。



1歳～2歳

スプーンですくいやすい大きさに切り、食材そのものの形がわかるように整えてから盛り付けます。麺類は6センチ程度にしています。



2～3歳

果物の皮やヘタは手指を使う作業となるように極力そのまま提供します。繊維質のものは食べやすいように切ります。麺類はフォークですくいやすいように10センチ程度に切ります。



3歳～4歳

食材はお箸でつかめる大きさに切ります。ヨーグルトのフタやパンの袋は自分で開けることができるように、つけたまま提供します。つくし組になると朝のおやつと牛乳がないので、食事がぐんと増えます。



4歳～5歳

お肉や魚のフライ等はほぼ大人と同じ形の物を提供します。最後にお皿に残った食材をお箸で食べにくい場合はスプーンも使います。



5歳～6歳

大人と同じ形で提供します。自分達で配膳するようになるので、「おかわり」は子ども達が Tongue で取りやすい大きさに切りそろえます。

4月の給食に登場する食材

給食には、その時期の旬の食材を使用しています。今まで口にしないものが登場する事があるかもしれません。毎月配布している献立表に使用食材が載せてありますので、事前にご家庭で食されることをお勧め致します。



スナップエンドウ



たけのこ



アスパラガス



いちご



でこぼん

春キャベツののり和え（1人分）

春キャベツ	35g
人参	5g
薄口醤油	1g
三温糖	1g
きざみのり	適量



- ①春キャベツを一口大、人参を千切りにする。
- ②①を耐熱容器に入れ、ふんわりラップをかける。
- ③電子レンジ600wで1～2分加熱する。
- ④③に調味料ときざみのりを加え混ぜ合わせたら出来上がり。