

4月給食だより

円町まぶね隣保園 2025年度



入園・進級 おめでとうございます。

新しい友だちを迎え、新年度がスタートしました。

「食べることは「生きること」であり、とても大切な事です。

食を通して、心身共に豊かに成長するようにと頑張っています。

今年度も、子どもたちが「食べる事に興味を持ち、食べる事が大好きになるよう、

「安心・安全・おいしい」給食・おやつ作りに励んでいきたいと思っております。



3月の人気メニュー

キーマライスの作り方

＜材料 大人約2人分＞

- 米 3合 (調節ください)
- 豚ひき肉 100g
- パプリカ 1/4 (50g)
- コーン 少々
- 油 適量
- カレー粉 小さじ 1/2
- 石臼唐 小さじ 1
- しょうゆ 小さじ 2
- ケチャップ 大さじ 1と1/2
- 塩 少々

＜作り方＞

- ① 米は洗って炊飯器に入れ、炊飯する。
- ② パプリカはみじん切りにする。
- ③ フライパンに油を敷き、豚ひき肉を炒める。豚ひき肉の色が変わってきたら、パプリカ・コーンを入れて炒め、さらに調味料も入れ炒める。
- ④ 炊き上がったご飯に、③を混ぜ合わせる。

※具をご飯の上に乗せる時は、調味料を増やしても良いです。
 ※他の野菜を入れても、カレーケチャップのみでおいしく食べられます。

レシポを載せていきます。毎日の食事作りの参考にすれば幸いです。



園の給食

- ・毎朝、昆布と削り節で出汁をとり、素材そのものの味を大切にしたうす味となります。
- ・和食中心の献立の中に、洋風や中華風等の料理も取り入れています。
- ・食材は出来る限り国産の物を使用し、身体にとて安心安全な手作りの給食とおやつを提供しています。
- ・野菜は無農薬な物等新鮮な物や季節の旬の物を毎朝届けてもらっています。
- ・牛乳・豆乳・調味料等は生協で買入しています。
- ・油はなたね油を中心にオリーブ油等良質な油を使用しています。
- ・食物アレルギーの観点より、園では、卵を使用していません。
 (マヨネーズは、卵の入っていないマヨネーズタイプの調味料(マヨドレ)を使用しています)
- ・主食は、白米よりビタミン・ミネラル・食物繊維等が多く含まれている七分付き米をお米屋さんから毎週、精米したての物を届けてもらっています。
- ・そしゃく力を育てるため、よく噛んで食べられるように食材の大きさや固さを考え提供しています。

野菜…アドック・西馬	肉…イマラ糸業	魚…河口鮮魚店
果物…ムラジキ・生協	パン…マルシェ	米…高田食品

乳幼児期は、心身の発育・発達が最も著しい時です。

園の給食栄養目標量は、1日の摂取量の40%を補えるように給食とおやつの献立を作成しています。この目標量に基づき、旬の食材を多く取り入れ、子どもたちが喜び楽しむ給食作りをしています。

きょうのきょうりょく

今日の給食で使用する食材を紹介しています。
 「今日の給食には何が入っているかな?」と子どもたちが興味を持ち給食を楽しみに過ごせるように展示しています。
 たくさんの食材を使っています。

給食を展示しています。

毎日の給食・おやつを給食室前に展示しています。(幼児クラスの量です) お迎えの際に、お子さんと一緒にご覧下さい。「今日は何を食べたの?」「どんな味だった?」など「食」についての話で楽しいひと時を親子で過ごして欲しいと思います。何か気になる事等ありましたら遠慮なく、給食室まで声をかけてください。

4月18日(金) イースター

イースターは復活祭とも言われ、イエスキリストが十字架につけられた後、3日目に復活をされた事を祝う日です。卵は生命の誕生を象徴しています。ゆで卵にきれいな色をつけて牛乳を「イースターエッグ」と言います。

