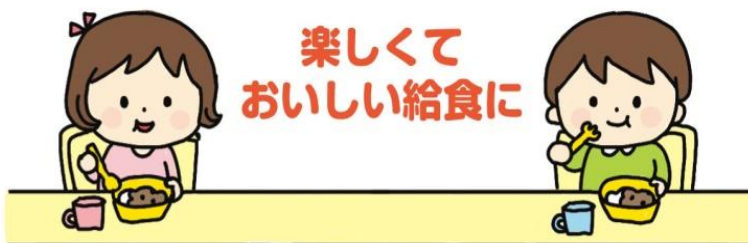


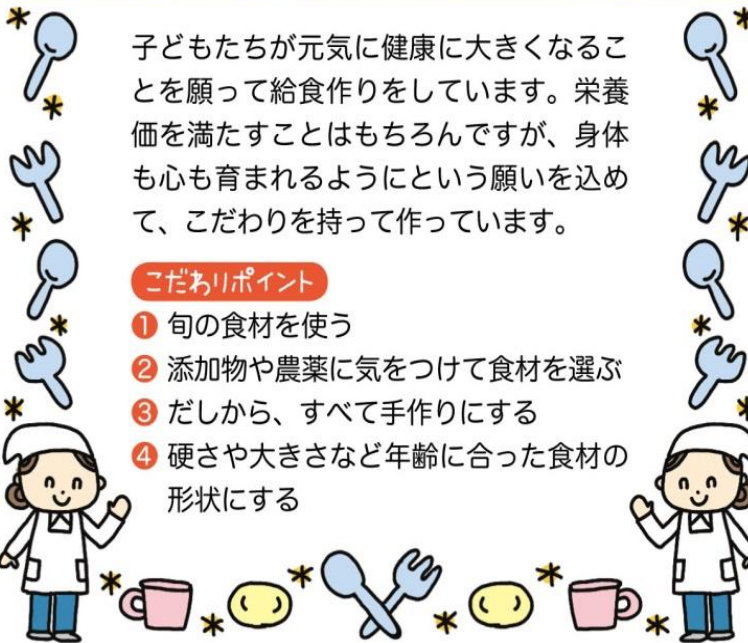


2021年4月
イトンちどり保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、
心新たにおいしい給食作りを目指します。
食は心の糧でもあります。早く園になれ、お友だちと食事が待ち遠しくなったり、
ホッとする時間になるようお願いいたします。



楽しくて
おいしい給食に



子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

こだわりポイント

- ① 旬の食材を使う
- ② 添加物や農薬に気をつけて食材を選ぶ
- ③ だしから、すべて手作りにする
- ④ 硬さや大きさなど年齢に合った食材の形状にする



じゃがいも

じゃがいもは離乳食初期から使える野菜のひとつです。

炭水化物、ビタミンC、カリウム、食物繊維といった栄養も豊富です。

特に、離乳食で使う場合は芽が出ていたり緑になっていないかチェックしましょう。

芽や緑色の皮の部分には食中毒につながるソラニンという毒が含まれているので注意が必要です。しわがよってしぼんだようになっていたり、傷がたくさんついているものも避けましょう。

保育園の4月のおやつにじゃがいもを使った「じゃが丸くん」を提供します。

硬さを変えれば大人から離乳食まで使えるのでぜひご家庭で作ってみてください。

レシピは給食コーナーに掲示しています。



今月のお楽しみメニュー

9日(金) 入園・進級祝い献立
27日(火) お子様ランチ

