

給食だより



2016年4月号
シャローム三育保育園

あたたかな春の日差しに包まれて、新年度がスタートしました。給食室ではこの1年間、栽培・収穫活動・収穫した野菜を使ってクッキングを実施するなど、保育の中で食育活動を行っていきます。子どもたちが元気で過ごせるように、食事の面からサポートしていきたいと思いますので、よろしくお願い致します。

保育園の食育活動(予定)



- ・6月 クッキー作り
- ・7月 夏野菜クッキング
- ・9月 おはぎ作り
- ・10月 カレー作り
- ・1月 もちつき
- ・2月 パン作り

保育園の給食は手作りを基本とし、旬の素材を取り入れた献立を心がけています。保育園の食育として左記以外にも、魚に触れる機会など子どもたちが食べ物に興味を持ってもらえるような食育活動も行っています。献立の写真は、玄関の掲示板に展示していますので、降園の時にぜひ御覧になって下さい。



今月のメニュー

～じゃが芋の和風チーズ和え～

新じゃがの季節です。皮を剥かずに調理してみましょう



【材料:4人分】

- ・ジャガイモ 3個
- ・プロセスチーズ 100g
- ・サヤインゲン 8本
- ・砂糖 小さじ 1.5
- ・しょうゆ 小さじ 1.5
- ・かつお節 3g

- 1 ジャガイモは、食べやすい大きさに切って竹串がスツと刺さるまでボイルし、ボウルに入れる。サヤインゲンも食べやすい大きさに切ってボイルし、ボウルに入れる。
- 2 プロセスチーズは牛乳(分量外)でのぼしておく
- 3 ボウルに2を入れ残りの調味料を加えて全体に混ぜ合わせ、かつお節をふりかけ、器に盛る。