



令和2年
こぐま保育園
栄養士 工藤

入園・進級おめでとうございます！今年度も給食だよりでは役立つメニューや旬な情報を紹介していきたいと思ひます。日々成長していく子どもたちの糧となる給食であるように私たちも努力していきまひす。
1年間どうぞよろしくお願ひ致します！！



○ごはん・お米はあきたこまちを使用しています。混ぜご飯や炊きこみご飯なども献立に取りいれていひます。

○パン・月1～2回程度でロールパン、ジャムパン、チーズパンなどがあります。

○麺・麺は月4～5回程度でうどん、そうめん、スパゲティーなどがあります。

○牛乳・未満児160cc（午前 80cc 午後80cc）、以上児120ccの牛乳を飲んでいます。牛乳は発育期の児童に必要な栄養素がたくさん含まれていひます。

0歳児（離乳食）

離乳食・食材チェック表を参考にしながら一人ひとりの成長の段階に合わせて対応していひます。

こぐま保育園の給食



おやつについて

基本的に午後のおやつは手作りしたものを取り入れています。また、市販のおやつも添加物の少ない物を吟味して用意していひます。

1～5歳児（幼児食）

主食（ごはん等）、副菜（おかず）、午後のおやつを園で用意していひます。

食物アレルギーについて

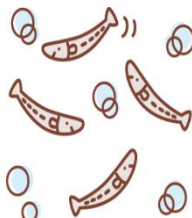
主治医に書いていただいたアレルギー指示書を見ながら個別に対応していひます。

※毎月のお誕生日会や行事食、クッキング保育（6、2月）の取り入れも予定していひます。

旬の食材

しらす

しらすは主にイワシ類の稚魚のことを指し、春先にはマイワシのしらすが最漁期を迎えます。水揚げ後さっとゆでたものは「釜揚げしらす」、少し乾燥させ水分量が50～60%になったのは「しらす干し」、水分量25～35%にしたものは「ちりめん」と呼ばれます。カルシウムが豊富で、その量は牛乳のおよそ5倍とも言われています。



3月 お誕生日おやつ

先月のお誕生日おやつはココアプリンを作りました♪
季節のいちごを使って春らしいプリンに仕上がってます🌸
4月は24日（金）にお誕生日会をする予定です。
お楽しみに★★

