

新年度が始まりました。今年度も、安心安全で旬を感じることでできる給食の提供と、生活や遊びを通して食への関心・興味を深める食育活動を企画しています。

おもいっきり給食

給食は子どもに必要な栄養素を補給するだけでなく、先生やお友達と一緒に食事を楽しみ、様々な食材にふれる経験から、生きる力の基礎を育む上で大切な役割を担っています。ニチイの給食は手作りを基本とし、素材の味を活かす薄味です。旬の食材や行事食・郷土料理を取り入れ、子ども達の食を営む力の基礎を育てています。また献立は2週間のサイクルメニューを取り入れています。同じメニューを繰り返し、味や食材に慣れることで安心感が得られ、自ら食べようとする意欲が育ちます。玄関には給食のサンプルケースがあり、本日の給食(幼児食・離乳食)とおやつを展示しています。お迎えの際に御覧下さいね。サンプルの量は、りす組(3歳)の量での盛り付けになっております。

※**三大アレルギー原因食品(乳・卵・小麦)**を用いない献立「おもいっきり給食」を提供しておりますが、おやつに関しては用いているため、**アレルギーのお子さまは個別対応**致します。ご了承ください。

旬の食材



しらす

しらすはイワシやイカナゴの稚魚の総称。丈夫な歯や骨を作るのに重要なカルシウムが豊富で、カルシウムの吸収をサポートするビタミンもたっぷり含まれています。

さやえんどう

ビタミンCやカロテン、食物繊維が豊富に含まれています。調理するときは、火を通しすぎると色や食感が悪くなり、栄養価も損なわれてしまうので、短時間で加熱するようにしましょう。



甘夏

疲労回復効果が期待できる、ビタミンCやクエン酸がたっぷり含まれています。選ぶ時は、皮にツヤとハリがあり、手に取ったときにずっしりとした重みを感じるものがおすすめです。



餃子クッキング

ぱんだ組で餃子を作りました。中に包む具材の、ツナ・キャベツ・ネギを調味料と一緒にボウルの中で混ぜ、餃子の皮で包みます。クラスで餃子ごっこをしていたこともあり、手先を器用に使ってひだを作っていました。ホットプレートでジュ〜っと焼き、いい香りが漂うお部屋で、自分の作った餃子をおいしく食べました。



クッキーを作ったよ



きりん組でクッキーの型抜きをしました。いろいろな型でクッキー生地を抜き、余った生地は好きな形にして、個性あふれるクッキーが完成しました。「おいし〜!」と、作ったクッキーを嬉しそうに食べていました。そのあとは、うさぎ・りす・ぱんだ組のお友だちにクッキーを買いに来てもらい、クッキーやさんをしました。「いらっしやいませ〜!」「こちらどうぞ!」と、手を繋いで案内し、店員さんになりきっていました。買いに来たお友だちも、クッキーをもらって嬉しそうで、いつもと違う雰囲気を楽しみました。

