

給食だより

大泉町立北保育園
令和7年度
春号

ご入園・進級おめでとうございます。
新しいお友達、先生、少しの変化が子ども達を大きく成長させてくれる
一歩でしょう。

楽しく元気に遊び、たくさんの方ができるように見守り、安全安心
な給食を提供していきたいと思ひます。

4月の給食は、食べ慣れたものを予定しています。
今後も「食べること」に興味を持ってもらい、食べる楽しさや大切さを
伝えていきたいと思ひます。

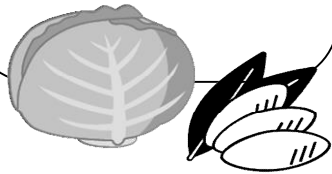


保育園おすすめ

かまぼことキャベツ和え

材料(4人分)

| | |
|------|-------|
| かまぼこ | 1/4本 |
| キャベツ | 小1/2個 |
| ごま | 大2 |
| 酢 | 大1 |
| ごま油 | 大1/2 |
| 醤油 | 大1 |



作り方

- ① かまぼこは板から外し、短冊切りに切って、ゆでてざるなどで冷ましておく。
- ② キャベツは洗ってせん切りにし、ゆでて冷ましておく。
- ③ ごまはフライパンか鍋をあたたためて、パチパチとはねるまで弱火で焦げないように炒る。その後、すり鉢やフードプロセッサーなどでする。(いりごまのすりごまを使ってもよいです)
- ④ さめた①、②の水気を絞り、ボウルに入れて、すりごま、ごま油、酢、醤油を混ぜ、味を調える。

今年は、キャベツの価格が例年より高価になっています。春キャベツの出荷が
増えてくると価格も少し安定してくるかと思ひます。保育園では、サラダ、和え
物は、お湯をかけますが、ご家庭では、レンジを使って加熱すると甘みが強く

保育園給食って？

保育園では、安心して食べられるように安心な給食
を提供しています。

◎ 安全な給食のために

① 衛生管理に注意

免疫力が未発達な乳幼児に提供するために、食中毒菌に
感染しないように、衛生管理を徹底しています。
生の野菜は、熱湯にて消毒したものを給食に出しています。
果物も洗った後に熱湯消毒をしています。

② ごえん予防

ごえんとは、食べ物や異物が気管に入ってしまうことで、
窒息や肺炎の原因になることもあります。

未発達の乳幼児には、

食べ物 ☆一口で食べられる大きさやかみ切れができる切り方

☆硬い物、喉に詰まりそうな物は避ける

☆1回に口に入れる量を少なくする

環境

☆正しい姿勢で食べる

☆笑わせたりびっくりさせない

☆食べ物が口に入っていれたまま立ち上がらない

五感を育てる→おいしいを育てるために

味覚

- 旬の食材を味わう
- 出汁のうま味でおいしく
- 苦味を減らす
- 酸味も上手に使う
- なるべく減塩に

聴覚

- 調理室の音も感じて
- 食材を食べて音を感じて

触覚

- たくさんの食材を楽しむ
- 手で触り、食材の感触

視覚

- 彩り豊かに
- 形や盛り付けの工夫

嗅覚

- 出汁の香りでおいしさアップ
- 香りのある食材を使う



✦ 給食のこと、好き嫌い、食育など不明な点など
遠慮無くおたずねください ~給食担当~