



## ～給食の紹介～



ほんの一部ですが保育園の給食を紹介します。和食を中心とし、旬の食材を取り入れてながらメニュー作りをしています。2回の繰り返しメニューのため、子どもの食べる様子や保育士と相談し、食材の切り方や味付け、大きさを変化させています。子ども達が食べる前には現場の保育士が味見をして「おいしいよ～」「シャキシャキするね～」と声を掛けながら食事を楽しんでいます。



### 【メニュー】

- ★ごはん
- ★具だくさん卵焼き
- ★切り昆布の煮物
- ★じゃがいもの味噌汁



卵焼きにはとりひき肉、人参、玉ねぎ、ほうれん草、しめじ・・・など色々な食材をいれてうま味をだしています。フォークを使える子どもは切り分けて食べています。



### 【メニュー】

- ★ゆかりごはん
- ★おでん
- ★青菜の胡麻和え
- ★バナナ



寒い日が続いた冬のメニューです。普段は白いご飯なので、むらさき色のご飯に子供たちは嬉しそうでした。



### 【メニュー】

- ★ごはん
- ★赤魚の煮付
- ★青菜の納豆和え
- ★大根とワカメの味噌汁



保育園で一番の人気は和食です。魚の煮付+納豆和えはごはんとの食べ合わせも良いみたいで、食べ終わるのがとても速いメニューです。



【メニュー】

- ★ごはん
- ★鶏肉のからめ煮
- ★春雨サラダ
- ★キャベツと油揚げの味噌汁

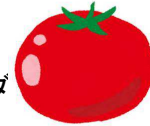


鶏肉と野菜を一度素揚げしてから甘辛いタレを絡めています。苦手なお野菜もお肉と一緒に食べる事ができます。



【メニュー】

- ★ミートライス
- ★千切り野菜のサラダ
- ★野菜のスープ



ごはんをトマトジュースとコンソメで炊いた上にミートソースを乗せました。さっぱりと食べられて職員にもとても人気なメニューです。



【メニュー】

- ★三色丼
- ★きゅうりの昆布和
- ★なすの味噌汁



そぼろ煮に甘い卵、青菜のおかか和えの3種類のせました。野菜が苦手な子どもはキレイに青菜だけ残していました・・・なすは見た目ですぐ苦手な子どもが多いです



【メニュー】

- ★ごはん
- ★鶏肉のアップルソース
- ★ブロッコリーのしらす和
- ★かぼちゃと玉ねぎの味噌汁



生のりんごをミキサーにかけみじん切り  
の玉ねぎと調味料を合わせて甘めの



の玉ねぎと調味料を合わせて甘めのソースをかけました。  
ほんのり果物の甘さが子どもにとても



- 【メニュー】  
★コッペパン  
★根菜のポトフ  
★ブロッコリーとちくわの胡麻和え  
★りんご



根菜ときのこをたっぷり入れたので  
野菜と鶏肉のうまみがギュッとつま  
った  
おいしいスープができました。  
ブロッコリーは甘酢タレとちくわの味  
がちょうど良く職員も「家で作ろう  
〜！！



- 【メニュー】  
★かき揚げ丼  
★かぼちゃの煮物  
★具だくさん味噌



揚げ物は昼食で月に2~3回作っ  
ています。野菜がたくさんのかき揚げ  
でしたがカリッとしていたので子ども  
達も  
サクサクと音を楽しみながら食べた  
いました。