

4月給食だよ!

令和7年 4月
東戸塚らびっと保育園

ご入園・進級おめでとうございます

柔らかな春の陽ざしに心和む季節、新年度になりました。
今年度も、旬を感じる給食の提供と、食に興味がわくような食育の
企画をしていきたいと思えます。また、子どもたちの食についての
悩みや質問がありましたら気軽にお声掛けください。

☆楽しくて、美味しい給食に☆

子どもたちが元気に健康に大きくなることを
願って給食作りをしています。
栄養価を満たすことはもちろんですが
身体も心も育まれますようにという願いを
込めて作っています。

こだわりポイント

- ①旬の食材を使う
- ②だしから手作りする
(かつお節・昆布からだしを取っています)
- ③硬さや大きさなど年齢に合った
食材の形状にする



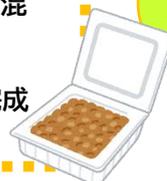
☆給食室の職員紹介☆

- ・こばやし(栄養士)
美味しい給食を安心・安全に提供できるように
工夫していきます。よろしくお願ひします。
- ・たかはし(栄養士)
子どもたちに、食べる事が好きになって
もらえるような給食作りを頑張ります!
- ・いしだ(栄養士)
子どもたちの成長を応援しながら
美味しい給食作りをしていきます!



レシピ紹介 小松菜の納豆和え(子ども1人分)

- | | |
|-------------|-----------------------------|
| 材料 | |
| ・小松菜 15g | ①小松菜は1cm幅に切る。人参は千切りにする |
| ・人参 5g | ②①としらすをそれぞれ柔らかくなるまで茹でて水気を切る |
| ・ひきわり納豆 20g | ③ひきわり納豆に醤油を加えて混ぜる |
| ・しらす 2g | ④茹でた野菜と納豆を和えて完成 |
| ・醤油 1g | |



4月の給食でも11・25日に提供されます。野菜が苦手な子どもでも納豆と和えることで食べやすいメニューになっています。納豆、小松菜、しらすは、身体の成長に必要なカルシウムや鉄分などが豊富な食材なので、お家でもぜひ作ってみてください♪





東戸塚らびっと保育園の 食育活動について



保育園で過ごす時間は、味覚が形成される大切な時期なので、旬の素材を使用して確かな味覚を育てることが大切です。このような考え方にもとづき、食材選び、献立作成や調理まで責任をもってバリエーション豊かな給食を提供しています。

また、東戸塚らびっと保育園では、子どもたちが食べ物に興味を持つきっかけをつくること、食べることが楽しいという気持ちを育めるような食育を目指しています。

野菜栽培・収穫

土との触れ合いから食べ物の大切さを肌で感じてもらえるように、ぞら組でプランターを使って夏野菜の栽培・収穫、にし組で野菜堀いをしました。収穫した野菜は、調理してみんなで美味しく食べました♪



旬の野菜に触れる

春夏には、ぞら豆やとうもろこしの皮むき
秋には、きのこさきなど旬の野菜に触れる
食育を行っています。



クッキングをしよう

おにぎり作り、クッキーの型抜き
クレープの盛り付けなど
月齢に合ったクッキングを行っています。

