



4月の給食だより

2023(令和5)年度
大門未来園

今月の旬の食材は・・・小松菜・春キャベツ・アスパラガス・スナップえんどうなど

献立名 鶏肉の照焼き 短冊サラダ 粉ふきいも ネーブル

ご入園・ご進級おめでとうございます(*^^*)
新しいお友だちに囲まれ、新たな環境のなかで子どもたちはわくわくときどきしていることでしょう。みんなで楽しく、おいしく給食を食べ、心身ともに成長してくれることを願っています。
給食だよりを通して、子どもたちの食育活動の様子や、園で出している給食メニューのレシピなどをお伝えしていきたいと思っておりますので、是非ご覧になってください。どうぞよろしくお願い致します。

大門未来園の給食で気を付けていること

- ・安心して食べることが出来るよう材料を選び、衛生面に気を付けて取り扱っています。
- ・味付けはなるべく薄味にし、食材のもつ味を大切にしています。
- ・地産地消の食材を取り入れるようにしています。
- ・日本の伝統的なメニューを取り入れて、子どもたちに伝えるようにしています。
- ・食物アレルギーの食事対応を行っています。
- ・楽しくを食事をしながらマナーを身に付け、子どもたちの豊かな心を育てていきたいと思っております。

展示食について

- ・4歳児の量で盛り付けています
- ・離乳食は基本的に後期・完了期のものを展示しています。
- ・ゼリー・ムースは溶けてしまう恐れがある為展示していません。

その日の給食・離乳食・午後のおやつを展示しています。是非、見てくださいね！

「楽しく食べる子ども」の5つの目標

- ・食事を味わって食べる
- ・食生活や健康に主体的に関わる
- ・一緒に食べたい人がいる
- ・食事作りや準備に関わる
- ・食事のリズムがもてる



食べることは生きるための基本であり、子どもたちの健やかな心と身体を育むために欠かせないものです。乳幼児期は「食を営む力の基礎」を育てる時期です。「なにを」「どれだけ」食べるかということと共に、「いつ」「だれと」「どのように」食べるかが重要になります。子どもたちが豊かな食の体験を積み重ねて「楽しくなんでも食べられる子ども」に成長できるように取り組んでいきましょう。

職員紹介



鶏肉の照焼き		作り方
材料名	量(4人分)	
鶏肉	160g	①鶏肉にしょうが汁をふりかけ、鉄板に並べこんがり色づくまで焼く。 ②調味料を煮立たせ、①をからませる。
しょうが汁	小さじ1	
砂糖	小さじ2	
しょうゆ	小さじ2	
みりん	小さじ1/2	
水	大さじ1/2	
片栗粉	小さじ1/2	

短冊サラダ		作り方
材料名	量(4人分)	
にんじん	24g	①にんじんは短冊切りにし茹で、だいこん・きゅうりも短冊切りにし熱処理をし冷やす。 ②ホールコーンは茹でて冷ます。 ③砂糖・しょうゆ・酢・ごま油を合わせ、①②を和える。
だいこん	40g	
きゅうり	100g	
ホールコーン	28g	
砂糖	小さじ1	
しょうゆ	大さじ1/2	
酢	大さじ1/2	
ごま油	小さじ1/2	

粉ふきいも		作り方
材料名	量(4人分)	
じゃがいも	160g	①じゃがいもは乱切りにし、茹でる。茹で上がった湯をきり、再び弱火にかけて、鍋をふりながら水分を蒸発させる。 ②じゃがいもが熱いうちに、パセリと塩をふる。
パセリ(乾燥)	少々	
塩	少々	

おやつレシピ

パルミエ		作り方
材料名	量(4人分)	
パイシート(冷凍)	80g	①パイシート全体に刷毛で水を塗り、グラニュー糖をふりかける。 ②両側から中央にゆるく巻き、卵黄を塗ってあわせる。 ③冷蔵庫で5~15分冷やし端から1cm幅に切り、200℃で焼く。
グラニュー糖	小さじ2	
卵黄	少々	

離乳食レシピ

鮭とほうれん草のキッシュ(7~8か月)		作り方
材料名	量(1人分)	
鮭の水煮(缶詰)	10~15g	①鮭の水煮は缶汁をきって細かくほぐす。ほうれん草は沸騰した湯でやわらかくなるまでゆで、みじん切りにする。 ②耐熱容器に①を入れ、溶き卵と牛乳を加えて混ぜ、オーブントースターで焦げ目がつくまで焼く。
ほうれん草	20g	
溶き卵	1/2個分	
牛乳	大さじ1	