



# 給食だより

令和7年4月1日  
ミモザおとり保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。暖かく心地のよい陽気とともに、いよいよ新年度が始まりました。当園では、1年を通して食育活動に取り組んでおり、給食・離乳食やおやつを含め、園内調理室で手作りしています。旬の食材を豊富に使用し、出汁は、いりこの頭と腹を取り除き、粉末にして味噌汁に、鶏ガラは時間をかけて煮込んでスープにするなど、安心安全な給食を提供することを心がけています。ご飯も白米だけではなく、1日には赤飯、10日には十六穀米、6のつく日には麦ごはんのご飯も変化をつけて登場します。また、旬の食材を生かしたメニューだけでなく、野菜の栽培や収穫・田植え・稲刈り・梅干し作り・焼き芋大会・お餅つきなど楽しむ機会も設けています。色々な食材に触れたり、体験しながら食に関心をもってもらいたいと考えております。4月には、たけのこご飯・えんどうご飯など春の味覚をたっぷり楽しんでいただけるメニューが登場しますので楽しみにしてください。今後とも、子どもたちの健やかな成長を支えるため、職員一同努めて参りますので今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



## 今月の旬の食材

春キャベツ・・・7.11.16日

ふき・・・15日

絹さや・・・11.17日

いちご・・・4.17日

たけのこ・・・9日

スナップエンドウ・・・11.18日

アスパラガス・・・8.18日

えんどう豆・・・23日



## お花見ランチ

幼児棟では、給食室で作ったお弁当で、お花見ランチをします。子どもたちに人気のあるいなり寿司とウインナー・ブロッコリー・デザートにはいちごが入る予定です。楽しみにしててください。

## 4月の食育

4月の食育活動としては、たけのこの皮むきとえんどう豆の豆取り、ふきの筋取りをお手伝いしてもらう予定です。えんどう豆は、粗刻みにし、ごはんと一緒に炊くと、甘味が増し、とてもきれいな緑色のご飯が出来上がります。たけのこは皮の手触りや匂いなどを体感してもらいながら皮をむいてもらいます。食育したたけのこで、美味しいたけのこご飯を作ります。ふきは、葉つきのものを見てから筋とりを体験してもらい、煮物として頂きます。子どもたちが自分でお手伝いした、春の食材を実際に味わってもらいたいと考えています。

## 4月の平均栄養価(幼児食屋食・おやつ)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
基準値	590	19.0	13.0
平均値	626	24.6	21.4