

# ぐんぐん



「食」を通して、子どもたちの心と体がぐんぐん成長してくれることを願って、給食だよりはこの名前をつけました。保育所での様子や季節の食材や行事食など、ご家庭でも「食」を一緒に楽しんでいただける内容を心がけていきます。ぜひご覧ください♪

今年度の給食室は、姉妹園の柏木保育園から異動してきました菅原和代調理員が加わります。どうぞよろしくお願いいたします。

## 保育園の食材って？

お米は県産のささにしき

みそ・醤油は青葉区通町にあるみそ店から

野菜は極力地元産

豚肉は県内産 鶏肉は岩手産 魚は近海物

を使用しています。子どもたちに安全な食材を提供するために産地を明確にし鮮度の良い食材が納品され、温度管理と衛生管理をしっかりとした給食室で保管し調理しています。



## 子どもたちのこんな姿を目指してます☆

- \* お腹がすくリズムのもてる子ども
- \* 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- \* 一緒に食べたい人がいる子ども
- \* 食事づくり、準備にかかわる子ども
- \* 食べものを話題にする子ども

参考文献・・・『楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～』より

## 旬の食材「きゃべつ」

春きゃべつは、葉の巻き方が緩く、柔らかくて薄いのが特徴です。水分を多く含み、甘味があるのでサラダなどの生食がむいています。ビタミン・カリウムが多く、カロテンも豊富です。ベーコンなどでさっと炒めたり、油揚げと一緒に煮物・スープ・ごま和え・浅漬けもおいしい季節です。

