

2がつ

きゅうしょくだより

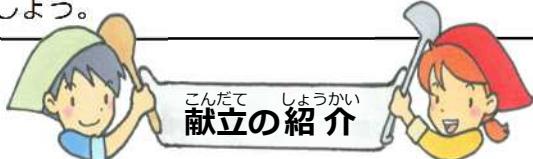
令和8年2月1日 上麻生保育園

まだまだ寒さが続いているが、節分をすぎるともう「春」とよく言われます。ここから暖かくなったり、寒くなったりを繰り返して少しずつ春に近づいていきます。季節の変わり目ですが、バランスの良い食事と休息を十分にとり、元気に過ごしましょう。



●さわら

さわらは、鰯などと同じく青魚に分類され、くせがない味わいが特徴です。冬には脂がのって少しこってり、春にはやわらかくてあっさりと、季節によって味の違いが楽しめます。天ぷらやムニエルもおすすめですが、保育園では、ねぎや白胡麻と一緒に甘辛く焼いた「魚の香味焼き」で味わいます。



●節分（2月3日）にちなんで、いわしを使用した「魚のかば焼き風」、大豆を使用した「なら茶めしの焼きおにぎり」を取り入れました。



●みんな美味しい！郷土の味レシピコンテスト
おやつ部門にてかわさきそだち賞を受賞した、のらぼう菜を使用したスコーン「菜っちー」を献立に取り入れました。



安全に食べるため

誤えん・窒息事故を予防するために、保育園で配慮しているポイントを紹介します。

子どもの年齢や月齢によらず、普段食べている食材が窒息の可能性があることを認識して、食事の介助や見守りを行いましょう。

食事をする際に注意すべきポイント

※以下の状況は、誤えん・窒息が起きやすくなります。この状況になっていないか、確認しましょう。

- 食事中に遊ぶ、泣く
- 仰向けに寝た状態で食べる
- 歩きながら食べる
- 食べ物を口に入れたまま会話する
- 食事中におどろかせる
- 早食いをする ● 眠りそうになる

「児童福祉施設等における食事の提供ガイド」より抜粋

