

5月 きゅうしょくだより

令和7年5月1日 大島保育園

暖かい春の陽気になってきましたね。5月も旬の食材を取り入れた給食を提供します。

また、給食室前の廊下に給食レシピを置いてあります。是非持ち帰ってご家庭でも作ってみてください♪
レシピは随時更新していきます。



旬の食材と献立



●そら豆

ほくほくとした食感と甘みが美味しいそら豆。さやが空に向かって上向きに実ることから「空豆」と名付けられたという説があります。さやの中がふわふわしているのも特徴です。感触を楽しみながら、こどもと一緒にさやむきするのも良いですね。

今月はホクホクサラダにして味わいます。他にもスナッペンどうやグリーンピースなど、春の豆は種類がいろいろあります。



献立の紹介



園生活に少しずつ慣れてきたころでしょうか。

5月は新じゃが芋、新ごぼうなど今の時期ならではの食材を使い、食べやすい献立を取り入れました。

今月の新献立

●切干し大根とツナの炒め煮

切干し大根と人参、ツナを胡麻油で炒め、鶏ガラスープの素、しょう油、砂糖を入れて煮ます。旨味たっぷりのメニューです。

●昆布ゆかりごはん

塩昆布をごはんに炊き込み、ゆかりを混ぜました。昆布の旨味、ゆかりの酸味など、いろいろな味が楽しめます。

～給食室の様子を少しご紹介します～



下処理室と呼ばれる場所で、食材の検収を行ったり、野菜を洗ったりします。



調理室で食材を切ったり、ゆでたりなどの調理をします。



給食室内は常に清潔を保ち、調理時に手袋を着用するなど、衛生管理をきちんと行っています。



大きなお釜でご飯を炊きます。

回転釜と呼ばれる大きなお鍋で全園児分の汁物を作ります。



ガラス窓から給食室をのぞきにきてね♪