

きゅうしょくだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年6月

蟹ヶ谷保育園

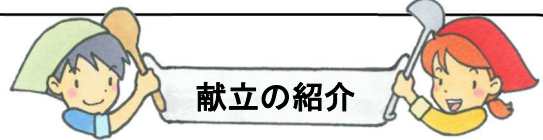


旬の食材と献立

● じゃがいも

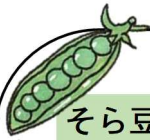
じゃがいもにはいろいろな種類があり、ホクホクした男爵いもはつぶして使う料理に向いています。煮くずれしにくいメークインは、カレーや煮物などによく合います。

今月は、イギリス料理の『シェパーズパイ』や埼玉県の郷土料理『ゼリーフライ』などで、美味しいじゃがいもを味わいます。



献立の紹介

- 歯と口の健康習慣（6/4～6/10）に合わせ、カルシウムが豊富な食品（しらす干し・桜海老・胡麻）を使った『骨太チャーハン』を取り入れました。食材をたっぷり使った“凝った”チャーハンという意味も込めています。
- 和菓子の日（6/16）にちなんで『なめらか水羊羹』を提供します。



そら豆とグリンピースのさやむき

幼児クラスに旬を迎えたそら豆とグリンピースのさやむきのお手伝いをしてもらいました。楽しんでさやむきを行い、豆が苦手な子も一口食べる姿がみられました。

お時間のあるときに、おうちでもぜひ一緒にやってみてください！

硬い！いっぱい入ってる！



安全に給食を提供するために…

保育園では、子どもたちに安心して給食を食べてもらえるよう、毎日の衛生管理を大切にしています。

加熱・冷却した料理に中心温度計を使い中心温度の確認を行っています。十分な加熱や冷却を確認したうえで提供することで、食中毒予防につなげています。

これからも、安全でおいしい給食を届けられるよう努めてまいります。



★献立表を確認していただき、アレルギーなど心配な食材はご家庭で試してください。

★食事に関するご相談や給食のこのレシピ知りたい！などありましたら、いつでも栄養士にお声かけください。