

試食会を行いました！

4月18日(土)に保育説明会、クラス懇談会と合わせて給食試食会を行いました。当日は、30名の参加があり、クラスごとに座って、【ごはん、じゃが芋のカントリー煮、ゆでブロッコリー、味噌汁(切干大根、小松菜)】など、子どもたちが実際に食べている給食を試食していただき、調理の工夫や味付け、量などを知っていただくことができました。

また、保護者同士で会話を楽しまれる姿も見られ、クラスの親睦を深める場にもなりました。「薄味でもだしのうま味を感じられる」「家庭でも参考にしたい」などの声をいただき、日頃の給食への理解を深めていただく良い機会となりました。今後も、子どもたちが安心しておいしく食べられる給食作りを大切にしていきたいと思えます。

【今日の献立】

ごはん
じゃが芋のカントリー煮
茹でブロッコリー
味噌汁(切干大根・小松菜)



じゃが芋のカントリー煮

材料(4人分)

豚もも肉(薄切り)	120g
じゃが芋	350g(大2個)
人参	100g(中1/2本)
玉ねぎ	100g(中1/2個)
油(炒め用)	7g(大さじ1/2)
バター(炒め用)	7g(大さじ1/2)
水	適量
コンソメ	2g(小さじ3/4)
ケチャップ	30g(大さじ1と2/3)
ウスターソース	8g(大さじ1/2)
砂糖	8g(大さじ1)

- ① 豚肉は一口大に切る
- ② じゃが芋は一口大、人参は乱切り、玉ねぎは2~3cmの角切りにする。
- ③ 鍋に油とバターを熱し、人参・玉ねぎ・豚肉を加えて炒め、玉ねぎがしんなりしてきたらじゃが芋を加えてさらに炒める。
- ④ 具材がかぶるくらいの量の水とコンソメを入れ、弱火で煮込む。
- ⑤ 具材が軟らかくなったら、ケチャップ・コンソメ・ウスターソース・砂糖を加えて煮汁が少なくなるまで煮込む。



旬の食材と献立



●春に収穫される豆類

そら豆のほくほくした食感やグリーンピースの甘み、スナップえんどうのシャキッとした噛み応えなどを感じながら、五感を使って給食を楽しみます。

茹で野菜、そら豆のホクホクサラダ、ピースごはんが登場します。

4歳児と5歳児にはさやむきのお手伝いをしてもらう予定です。



献立の紹介



5月は、新じゃが芋、新ごぼうなど旬の食材を使い、食べやすい献立、食べ慣れた献立を多く取り入れました。

〇みそポテト：埼玉県・秩父地方に古くから伝わる郷土料理です。近年はB級グルメとして知られています。衣をつけたじゃが芋を揚げ、甘い味噌だれをかけた素朴な味わいで、給食やおやつで親しまれています。



5月の連休と生活リズムについて

5月の連休は、ご家庭と一緒に食事をする機会が増える時期です。5月5日のこどもの日は、子どもたちの成長を願う日でもあります。「よく噛んで食べると元気になるね」「これは何の野菜かな」と声をかけながら、会話を楽しんでみましょう。連休中は食事や睡眠の時間が不規則になりがちですが、決まった時間に食事をとることは、生活リズムを整えることにもつながります。保育園でも、一人ひとりの様子に合わせてながら、安心して食べられる環境を大切にしています。