

4がつ もものき きゅうしょくだより

もものきの給食

「楽しく食べる」「なんでも食べる」

- * もものきの給食は添加物をなるべく使用しないようにしています。
- * 素材の味を生かすため薄味で調理をしています。
(お味噌汁など出汁を使用するものは、かつおと昆布で出汁を取っています。)
- * いろんな食材に触れるため旬の食材を使用しながら献立を考えています。
(秋に栗ご飯、夏はとうもろこしご飯など)



<離乳食>

- * 離乳食は個人差が大きいものなので、個別献立で対応しています。
子どもたち一人一人の嚥下・咀嚼に合わせて進めていきます。
離乳食を薄味から始めて半年～1年をかけて普通食が食べられるようになっていきます。



<食育>

- * 食に関わるいろんな体験をしてほしいので、簡単なクッキングや野菜に触ってみる、野菜の栽培、鮭の解体ショーを見てみるなどいろんなことを行っています。幼児組になると3色食品群の3つの仲間分けをしたり、栄養のお話をしたりします。
(秋→鮭の解体ショー、夏→野菜の栽培など)



もものきの人気レシピ

マーメイドチキン☆㊦

<材料>

・鶏もも肉	適量
・マーメイドジャム	適量
・料理酒	適量
・醤油	適量



<作り方>

- ① 鶏もも肉にマーメイドジャム・料理酒・醤油で下味をつける。
- ② フライパンでこんがり焼いて完成!

(皮面から焼くとカリカリになるのでオススメです)
※ジャムが入っているから、焦げやすいので焼くとき気をつけてください。

みなさん、はじめまして! 栄養士の柳原です。

子どもたちからは、「まゆ先生」「給食の先生」などと呼ばれています。
もものきの給食のレシピが知りたい、離乳食のことで悩みがある、
など、給食に関することはお気軽にお声掛けください。
(不在時は給食の先生お願いしますと担任にお伝えください)

