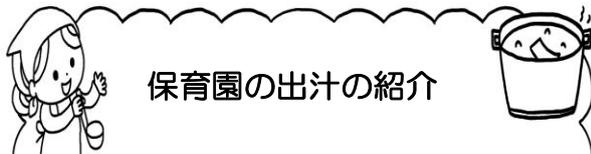




# きゅうしょくだより

ひむろこだま保育園調理室 2018.4.1

ご入園・ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たに美味しい給食作りをめざします。栄養バランスや安全な食材選び、薄味・食べやすい切り方・盛付け・彩りを考えた献立を考えていきたいと思っています。

### 保育園の出汁の紹介

園の給食で使用している出汁を紹介します。

- 離乳食・・・野菜スープ
- すまし汁・煮物・・・かつおぶし
- 味噌汁・・・かつお節・煮干
- 中華・洋風・・・鶏がら・かつお

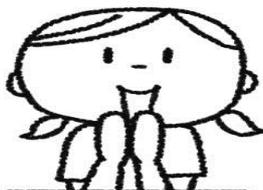
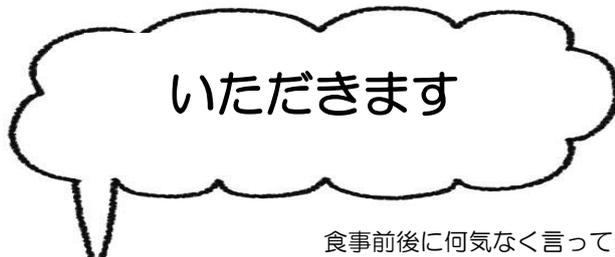
自然の食材から取った出汁は、やさしい味がします。出汁を取ったあとの煮干やかつおはふりかけにしています。これも子どもたちに人気の一品です

### 4月の誕生会メニュー

- ・ゆかりごはん
- ・からあげ  
(子ども達が大好きな人気のメニューです)
- ・リヨネーズポテト  
(フランスのリヨン地方の料理で、じゃがいもと玉ねぎのサラダです)
- ・ブロッコリー
- ・清見オレンジ
- ・すまし汁

おやつ

- ・いちご蒸しパンホイップクリームのせ  
(いちごを潰して生地に混ぜます)



食事前後に何気なく言っている「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶には意味があります。

「いただきます」は食事に関わってくれた人、食材の命をいただくという感謝の心をあらわします。

「ごちそうさま」は、食事を準備してくれた人への感謝の気持ちをあらわします。食事の挨拶をする事で、言葉のわからない赤ちゃんでも「食事の時間」を感じられます。

