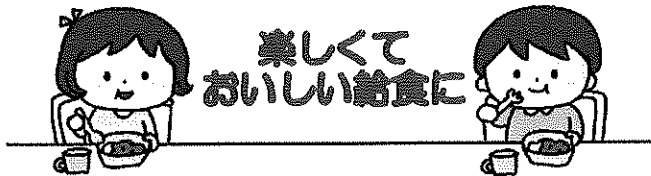


大宮すこやか保育園
2024年4月



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、心新たにおいしい給食作りを目指します。
食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ、お友達との食事が待ち遠しくなったり、
ホッとする時間になるように願っております。給食室では、安全でおいしい給食を提供
してまいります。1年間よろしくお願いいたします。

職員一同



子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

こだわりポイント
①旬の食材を使う
②和食メニューを中心に
③噛む力をつけるメニューにする
④硬さや大きさなど年齢に合った食材の形状にする

旬のタケノコ

春は芽吹き季節。タケノコもあたたかさとともに土から頭を出します。水煮は年間を通して出回っていますが、香りや味は生から調理したものにはかないません。ゆでたり、炒めたりして、この時期だけのおいしさを味わいましょう。ゆでた後に節の間などに白く固まっているのはチロシンというものです。水に溶けにくいために浮き出てきますが、体に悪いものではなく、必須アミノ酸の一種なので安心して食べられます。

4/19(金)の給食に、たけのご飯が出ます！



子どもたちに大人気！！

今月のレシピ紹介 『きな粉トースト』

材料	分量 (2人分)
食パン	1枚
きな粉	3g
砂糖	4g
バター	8g

＜ 作り方 ＞

- ① バターをクリーム状にやわらかく戻す。
- ② ①に砂糖ときな粉を加えてよく混ぜる。
- ③ ②を食パンに塗る。
- ④ トースターでお好みの焼き加減まで焼く。
(目安は3～5分です)

4/10(水)の給食に出ます！

簡単なのでお子さんと一緒に作って
みてくださいね♪

