

# 子どもたちを「食」で支える給食室

給食室では、子どもたちを“食で支える”をモットーにあたたかいお昼ごはんを提供しています。

その中でも、食に興味を沸くように、行事食や旬の食材を取り入れたり、子ども一人ひとりの成長や発達段階に合わせて、離乳食やアレルギーの対応をしています。

乳幼児期は、食習慣が定着する時期なので、“よりおいしく、より安全な給食”が届けられるように給食室では、4つの目標を掲げています。

～給食室の目標～

- 安全・衛生面に十分に気をつける（手洗い・食器器具の洗浄消毒）
- 温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに提供する
- アレルギー児の把握、アレルギー食を出すときの確認をする
- 季節の行事食を知らせていく



## 【温かいお昼】

食べ物は、温度によって味の感じ方が複雑に変化します。汁ものや揚げ物などは冷めているものより温かいものの方が美味しく感じます。逆に和え物やデザートなどは、温かいものより冷たいものの方が美味しく感じます。

そのため、給食室では、冷たいものは先に調理し、温かいものは最後に調理しています。食材がよりおいしさを増すように提供まで適切な温度管理をしています。



## 【食育】

毎月、朝の集会で食に関するお話をしています。

季節の野菜の紹介や、朝ごはんを食べることの大切さなど、テーマを決めて媒体を活用して発表しています。また、給食で使う野菜の皮を子どもたちと一緒にむいたりして、調理する前の食材にふれてもらっています。少しでも子どもたちが食に興味を持てるように、サポートしています。



## 【行事食】

お正月や節分といった季節の行事食や食の伝統に合わせた給食やおやつを作っています。

また、毎月行われるお誕生日会も変わりごはんや、汁ものをつけたりと、子どもたちに喜んでもらえるよう、華やかなメニューにしています。

季節の行事や伝統に合わせた給食とおやつを提供することで、食育にも繋げていきます。



2月 節分 恵方巻



3月 ひなずし



7月 七夕そうめん



9月 お彼岸 おはぎ



9月 月見団子



10月 ハロウィン

## ～3月 お別れ会バイキング～



## ～お誕生日会メニュー～



### 9月誕生日会の献立

- ・人参ごはん
- ・和風ハンバーグ
- ・野菜サラダ
- ・味噌汁
- ・冷凍みかん

