



ひまわり通信



2014年度6月 第3号

梅雨入りが発表され、雨が続いていますね。「ひまわり通信 第3号」は～給食～についてです。食べものを子どもは選ばません。大人である私たちが子どもにとって良い物をえらび、与えてあげたいですね。

＜ひまわり保育園の給食＞

日本の風土に合った和食献立

- 旬の食材・・・おいしいだけでなく、旬のものは普段より栄養価が高く、季節を味わうことができます。
- 根菜類・・・食物繊維やビタミン類を多く含んだ根菜類は、煮物にしたり素揚げにするなど、調理方法もいろいろです。
- 豆類・・・良質のたんぱく質を多く含む豆は、鍋でコトコトじっくり煮詰めます。
- 小魚・海藻類・・・カルシウムやミネラルが豊富で、良く噛むことを大切にしています。わかめ、しらす、じゃこ、桜えびなどが出ます。

無・低農薬、有機野菜、食品添加物不使用、国内産の食材を使用しています

- 安全な生協の食材を使用しています。
BSE問題が発生して以来、現在は牛肉の使用を控えています。
- 離乳食は段階や発達に合わせた個別対応を行ったり、アレルギー食では医師の診断に基づいた食事内容になっています。



※ 何かお困りのことがありましたら、保育所体験にて質問・疑問などお受けします！！
大崎ひまわり保育園 03-3495-7600 担当：石上 まで