



給食だより

平成31年 4月 1日
認定こども園 深江幼稚園
給食室



新しい年度が始まります

ご入園・ご進級おめでとうございます。子供たちは、これからの園での生活に胸をときめかせていることと思います。元気な子供たちの姿に我々給食室もパワーをもらっています。当園では食育の一環として野菜・果物作りを種蒔きから子供たちと一緒にしています。収穫した野菜は給食室で調理し、給食として提供しています。また、りす組・うさぎ組・きりん組では年に一回、クラスクッキングを実施しています。

良く噛んで食べよう！朝ごはん

❀朝ごはんの効果❀



- * 頭が目覚める
朝ごはんを食べると脳にエネルギーが供給されて、集中力や作業能力、学習能力、日中の記憶力が高まるといわれています。
- * 体が目覚める
朝ごはんを食べる食べ物が消化、吸収されてエネルギーになるほか、体温が上昇したり、五感が刺激されたりします。
- * うんちがしなくなる
食べ物が口に入って胃に送られると、小腸や大腸が動き始めて内臓が目覚めます。それが、朝の排便につながります。



給食室職員紹介 どうぞ宜しくお願いします。



栄養士 永池房子

献立の作成、栄養管理、発注、書類の作成、調理補助、配膳を行っています。

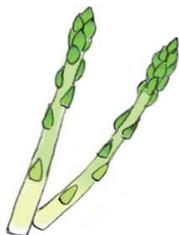
調理師 兼田ひとみ

給食・おやつ調理全般、切菜、盛り付け、衛生管理、配膳を行っています。

調理員 大平富子

切菜、洗浄、盛り付け、調理補助、配膳を行っています。

美味しい旬の食べ物 ・ ・ ・ 「アスパラガス」



～生命力旺盛で上に伸びる～

アスパラガスは、発芽直後の若い芽を収穫して食用にしています。生命力旺盛で倒されても起き上がろうとする習性があります。その為、横に寝かせて保存すると、上に伸びようとして穂先の方から曲がってしまいます。立てて保存して、新鮮なうちに美味しく食べましょう。

❀お願いとお知らせ❀

園では、りす・うさぎ・きりん組さんには家庭より主食（ご飯）を持参してもらいます。量の目安としては110gです。カレーやハヤシ、その他丼ぶり物の時には、お弁当箱にルーをかけるので大きめ、または深めのお弁当箱に持たせて下さい。
毎月第2火曜日はパンの日ですので、ご飯は要りません。パンの日が変更になる場合はお知らせします。献立によってはスプーンが必要な日もありますので、献立表にスプーンのマークがついている日には忘れずに持ってきて下さい。