

# 給食だより



アップルナースリー保育園

4月  
April



## 入園・進級

おめでとうございます



子どもたちが元気で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います。

給食では、好きなものだけではなく、苦手なものや初めての料理も出てきます。

旬の物、いろいろな食材や料理を、味だけでなく・彩り・匂いなど、様々な感覚を使い、給食を楽しみながら、好きなものや、食べられるようになったものを増やせるように、そして「おいしかった」と言ってもらえる給食を作って行きたいと思えます。



## ～食事のあいさつについて～



『いただきます』

…食べるという意味だけでなく、動植物の命を頂くという意味もあります。

『ごちそうさま』

…動植物の命を育てた人や、料理を作ってくれた人への感謝の気持ちを表します。

食事のあいさつの意味を知ることによって、食べ物を大切にする気持ちが育ってくれればと願っています。

★ 保育園では、たくさん体力を使います。  
元気に過ごす為にも、朝ごはんを食べて登園しましょう。



## ～保育園人気メニュー～

鮭のマーマレード焼き

<材料>

・鮭 50g

・しょうゆ 2g

・酒 1.5g

・マーマレードジャム 3g

<作り方>

1. 鮭に骨があれば取り除く

2. 合わせ調味料を作り、魚に着ける

3. オーブンを 190℃に予熱する

4. クッキングシートを敷いた鉄板に、並べ 15分ほど焼く。



オーブンにより、加熱時間が変わります。

保育園では、魚だけでなく、一口大に切った鶏もも肉を漬けておき、オーブンで焼いて提供もしています。ぜひ、お試しください。