



令和5年度

あゆみ保育園

4月給食だより



園長 江郷 勝哉 給食 林 千智

今月の目標

4月の給食の目標

給食に慣れ楽しく食べる

- 分からない食材や初めて食べる料理に関心を持ち、少しずつ慣れていく。
- 正しい食器の位置を覚える。

4月の行事予定

- 20日(水) お誕生日会
お誕生日のお祝いメニューを提供します。
- 28日(木) こどもの日メニュー
こどもの日の特別メニューを提供します。

豆腐マフィンのレシピ

〈材料〉 (4人分)

- ・絹ごし豆腐 150g
- ・砂糖 大さじ3
- ・ベーキングパウダー 5g
- ★ベーコン 40g
- ★ほうれん草 20g
- ★ピザ用チーズ 20g
- ・卵 1個
- ・小麦粉 120g

〈作り方〉

- ① 豆腐は水切りせず滑らかになるまで混ぜる。
- ② 溶き卵を2~3回に分けてよく混ぜる。
- ③ ふるった粉類を2回に分けて入れ、切るように混ぜる。
- ④ 砂糖も入れて混ぜたら、★の具材を入れサクッと混ぜる。
- ⑤ カップに入れ、お好みで焼くときにピザチーズをのせて180℃で25分焼いたら出来上がり。

★正しい配膳の仕方★

下の図を見て、基本的な配膳を確認しましょう。

数がちがっても基本は同じです。この配膳の形は、長い日本料理の歴史の中から生まれてきました。



① ★ごはん★

左手前に置きます。おかずとごはんを順番に食べる日本型の食事では、一番口に運ぶ回数の多いごはんを一番持ちやすい場所に置きます。

② ★汁物★

右手前に置きます。ごはんの次に持ち上げる回数が多く、こぼしやすいからです。

③ ★主菜★

右の奥に置きます。食器を持ち上げずにはしを持った右手をのばして食べるためです。

④ ★副菜★

左の奥に置きます。左手で食器を持ち上げて食べるためです。

⑤ ★コップ★

右手で飲む、飲み物は右側に置きます。

⑥ ★はし★

はし先は左に向けて横向きに置きます。持ち上げやすいことありますが、口をつける部分を人に見せては失礼だから、という気持ちから、手前に置いて食器ではし先をかくします。

☆給食より☆

令和5年度も安全でおいしく、お子様に喜んで頂けるような給食作りを目指していきます。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

様々な食を通じた経験から、食の自立へ向けてのお手伝いが出来ればと考えております。またお子様達に食に興味を持ってもらうために、毎月幼児クラス対象に栄養指導や、食材に触れる体験を行います。ご家庭でも、食事のマナーや旬の食材についてお話してみてください。

*おたよりを紙媒体で欲しい方は、事務所までお越しください。また、おたよりは園のホームページにも記載しております。