

給食だより



令和6年9月2日(月) 調布なないろ保育園
園長 山口 三奈
栄養士 平田 直子
吉田 早希

天高く馬肥ゆる秋というように、すがすがしい実りの秋がやってきました。秋の味覚といえば、サンマ・栗・マツタケ・ズドウ・梨・柿・新米とたくさんのおいしい食材が私たちを楽しませてくれます。秋は食欲もぐんとアップ！好き嫌いをなくすよい機会かもしれません。

食育ピクトグラム



食育ピクトグラムをご存じですか？

農林水産省が作成したこのピクトグラムは、文字どおり食育のためのもの。

食育の推進や啓発のため、その取り組みを誰にでもわかりやすく発信できることを目的としてつくられました。

「食べる力」は、心身の健康を維持し、食べ物やつくる人への感謝の心を育て、食べる事の楽しさや日本の食文化を次世代に伝えていくという、生涯の「食」において欠かせない力です。

そして、この食べる力は、「生きる力」であるともいわれています。乳幼児期は、この食べる力、生きる力を育む土台となる大切な時期。調布なないろ保育園では、食べる意欲の基礎をつくり、さまざまな体験を広げていくため、食育の活動に力を入れています。これからの未来を生きていく子ども達のために、食の大切さを一緒に考えていきましょう。

《世界の料理献立～スペイン～》

パエリアは、元々スペイン東部のバレンシア地方の代表料理の一つ。パエジェラと呼ばれる専用のパエリア鍋(取っ手のある平底の浅くて丸いフライパン)で調理する米料理で、たっぷりの具を炒めて、米と水・サフランを加えて炊き上げます。その際、日本のように蓋はせず、パスタのアルデンテ同様、米に僅かに芯が残るようにし、鍋の底にはおこげが出来るように調理します。

なないろ保育園では9月13日(金)に提供します。

パエリアは元々カタルーニャ語で「フライパン」を意味しますが、現在では料理の名称として浸透しています。



4歳児クラス
かぼちゃのクッキー作り



クッキーの型を、お友達と譲り合いながら、みんなで楽しくクッキー作りをしていました♪



生地を作る様子を真剣に見つめる子どもたち！

