

# 食育だより



## 5月号



新学期が始まり、1か月が過ぎようとしています。新入児は給食に慣れない子どももいますが、調理室では、楽しく、おいしく！をモットーに、子どもたちにとって給食の時間がまち遠くなるような、おいしい給食を提供していきたいと思ひます。

### こども園の給食～給食～

#### ★離乳食(生後6か月頃～)

離乳の時期は母乳・ミルクだけの時期を経て、食べ物から栄養を摂るようになる大事な時期です。こども園では、月齢に応じた調理形態(大きさや固さ)に配慮した離乳食をつくっています。



#### ★和食献立が中心です

こども園の給食は、和食献立がメインで、旬の食材を取り入れた献立です。

八尾の特産の若ごぼうや、枝豆も使った献立もあります。

昆布や削り節・煮干しを使って出汁をとって調理します。

乾物食材(ひじき・切り干し大根・湯葉・大豆)を使った和食献立も人気献立です。

※人気献立 ごはん・鮭の塩焼き・切り干し大根の煮付け・みそ汁

ごはん・さわらの幽庵焼き・若ごぼうのきんぴら・みそ汁



#### ★食物アレルギー

給食献立には卵は使用していません。他にもアレルギー食材に対応して(除去食・代替食)、みんなで楽しく食べられるよう工夫しています。



**今月の旬の食材** ○えんどう豆 ○スナップエンドウ ○アスパラ

えんどう豆は苦手な子どもも多いですが、さやから豆を取り出す食育活動を通して、苦手な子どもも少しずつ興味をもって、食べられるようになってきます。



●季節に合わせた行事食や、保護者や地域の方の試食会を行っています。

調理員・栄養士が子どもたちの食事の様子などを確認し、おいしく食べられているのかも把握しています。

お問い合わせ : 八尾市役所 こども施設運営課  
TEL (072) 924-3840  
メールアドレス kodomoshisetsu@city.yao.osaka.jp



八尾市 HP はこちら/  
バックナンバーもご覧になれます。



公式 Instagram はこちら/