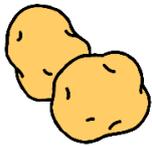


月	火	水	木	金
<p align="center"><b>食べるの大好き</b></p> <p>保護者の皆様 お子様のご入園、ご進級おめでとうございます。</p> <p>下有知保育園では、園の食育目標を「食べるの大好き」として「食育」を推進しています。ランチルームでの給食やおやつをはじめ、日々の生活の中で食を大切にすることを心がけ、子どもたちが食に興味をもてるよう、美味しく、温もりのある給食提供に努めます。</p> <p>本年度も「献立一口メモ」を配布します。幼児期に食に興味をもつことは、健康な体づくりの上で大切なことです。ご家庭でお子様と今日の給食について話題にしてみてください。</p> <p align="right">下有知保育園給食室</p>				4
				<p><b>入園式</b></p> 
7	8	9	10	11
	<p><b>園の汁物</b></p> <p>園の汁物は塩分濃度0.4～0.5%になるように計測して提供しています。(参考)大人がおいしいと感じる塩分濃度は0.8%です。</p>	<p><b>バンサンスー</b></p> <p>中国語で、バン「あえる」サン「3」スー「糸のように細く千切りにする」の意味です。3種類の食材を千切りにして和えたものです。</p>	<p><b>フロッコリー</b></p> <p>ビタミン類を多く含む緑黄色野菜です。茎はつぼみ部分より栄養があります。園では小さくカットして一緒にいただきます。</p> 	
14	15	16	17	18
	<p><b>タケノコご飯</b></p> <p>春先に地面から芽の出かけているものをタケノコとして食用にします。代表的なものはモウソウチクで、時期は3～4月です。</p>	<p><b>鮭のマヨネーズ焼き</b></p> <p>鮭を焼き、その上に玉ネギとパセリ粉をマヨネーズで和えたソースをのせ、粉チーズをふりかけてもう一度こんがり焼きます。</p>	<p><b>かみかみサラダ</b></p> <p>かみごたえのあるごぼうとさきいかの入ったサラダです。さきいかの旨みとごま油の風味で食欲が増します。</p>	<p><b>ちらし寿司</b></p> <p>毎月1回、その月誕生の子どもたちをちらし寿司でお祝いします。</p> 
21	22	23	24	25
<p><b>新じゃが</b></p> <p>完熟する前の葉と茎が青い段階で収穫されたもので、水分を多く含んでおり、普通のものよりやわらかいです。旬は5～6月です。</p>		<p><b>ピースご飯</b></p> <p>生のグリーンピースをご飯と一緒に炊き込みます。ほんのりとした塩気とグリーンピースの淡い香りと甘みが一杯に広がります。</p>	<p><b>豆腐ドーナツ</b></p> <p>材料は「ホットケーキミックス」「絹ごし豆腐」「卵」の3つです。ふんわりしたドーナツができます。</p>	<p><b>春の遠足</b></p>  <p>お弁当の日</p>
28	29	30		
<p><b>スタミナ丼</b></p> <p>鶏肉ミンチを生姜、ニンニクと炒め、砂糖、しょうゆで味付けし、ネギとごま油を加え、ひきわり納豆と混ぜてご飯にのせます。</p>	<p><b>昭和の日</b></p> 	<p><b>麦ごはん</b></p> <p>下有知保育園のご飯は大麦を押麦に加工したものをお米に混ぜて炊きます。大麦は食物繊維が多く、腸の調子を整えます。</p>	<p><b>サラダ、和え物の野菜の調理方法</b></p> <p>園ではフルーツ以外のすべての野菜をスチコン(右欄で説明)で加熱調理し、温度計測をして提供しています。</p>	<p><b>スチコン⇒スチームコンベクション</b></p> <p>蒸し料理、焼き料理などの複数の調理が可能なオープンです。野菜は蒸すことで旨味や栄養を逃しにくいです。</p>