

さくら保育園の給食

さくら保育園の給食は栄養士が献立をたて、全て自園調理をしています。
国産の食材を使い、旬を取り入れた季節を感じる献立です。
和食中心に主菜は週3回お魚2回お肉を使用し、お魚を多く使った献立が特徴です。
よく噛むことを目的とし、少し大きめに切った食材で作る給食に
栄養たっぷりの胚芽ご飯、スティック野菜や煮干し、果物を毎日食べます。
旬の魚が出回る時期は1尾丸々取り寄せて、園児に見せます。
春や秋はカツオ、夏は太刀魚、冬はわかさぎ等。



食育は、調理前の食べ物に触れる事を主に行います。
野菜の苗を土に植える、水やり、収穫。
食材本来の姿を知って、自分たちで育てた野菜を
いただきます。
玉ねぎの皮をむいたり、
そら豆をさやから出したり…。



見る



触る

匂う



育てる

味わう

どの時期でも野菜が買える今、
野菜の旬はいつ？どの部分を食べているの？
食べる為にはどうすればいいの？
たくさんの疑問を持って正しい食材の姿を知って成長してほしい。
そんな想いを持って、食育をしています。

