

4月予定献立表



日	昼食	午前のおやつ 午後のおやつ	主な材料とはたらき			備考	
			あかのなかま 血・肉・歯・骨となる	みどりのなかま 体の調子を整える	きいろのなかま 力や熱になる	熱量kcal	脂質g 蛋白質g 塩分g
5月	ごはん 白身魚のコーンマヨ焼き 野菜の三色炒め	にんにくスープ チーズ 牛乳	牛乳 アンパンマンせんべい	メルルーサ たまご チーズ 牛乳	とうもろこし缶詰 もやし 人参にら 小松菜 にんにく えのきたけ	米 サラダ油 ごま油 ごま 片栗粉 エッグケアマネース	入園式・進級式 417 17.7 19.5 1.8
6火	ごはん 豆腐ハンバーグ(花型) 中華かまぼこ枝豆サラダ	コーンコンソメスープ お祝いイチゴゼリー 牛乳	牛乳 クリームパン	豆腐 おから 鶏肉 かまぼこ たまご 牛乳	玉ねぎ 人参 きゅうり 枝豆 とうもろこし缶詰 豆苗	米 サラダ油 ごま油 砂糖 片栗粉	520 18.5 18.7 1.7
7水	ごはん・のりふりかけ 豆腐のそぼろあん包み 野菜炒めカレー味	和風わかめスープ グレープフルーツ 牛乳	牛乳 きなこおはぎ	豆腐 豆乳 タラサリ身 鶏肉 たまご 牛乳	玉ねぎ 人参 枝豆 キャベツ コーン わかめ しめじ かぶ のり グレープフルーツ	米 サラダ油	514 16 17.3 1.4
8木	豚丼 きゅうりの中華漬け 豆腐なめこのみそ汁	ソフトドライブルーン 牛乳	牛乳 カルシウムせんべい	豚肉 木綿豆腐 みそ さば削り節 牛乳	玉ねぎ 生姜 きゅうり 水煮なめこ わかめ ブルーン	米 白滝 砂糖 ごま ごま油	496 17 18.9 2
9金	けんちんうどん チャーバン焼印厚焼き玉子 ツナ小松菜おひたし	オレンジ 牛乳	牛乳 ほうれん草蒸しパン	鶏肉 なると巻き たまご 油揚げ さば削り節 ツナ 飲むヨーグルトブルーン	人参 大根 椎茸 ごぼう 小松菜 オレンジ	うどん 砂糖	479 14.8 20.2 2.4
12月	ポークカレー しらすわかめキャベツの酢の物 かぼちゃ煮	ソフトドライブルーン 牛乳	牛乳 茹で枝豆	豚肉 しらす干し 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく キャベツ わかめ 南瓜 ブルーン	米 サラダ油 じゃが芋 ごま 砂糖	504 17.6 18.7 1.5
13火	ごはん 銀鮭塩こうじみそ焼き きらきらきんぴらごぼう	中華コーンスープ プチグレープゼリー 牛乳	牛乳 玄米小丸せんべい	銀鮭 減塩さつま揚げ たまご 牛乳	人参 ごぼう いんげん とうもろこし缶詰 玉ねぎ	米 サラダ油 砂糖 片栗粉	506 19.6 20.7 1.2
14水	ごはん・のりふりかけ チキンナゲット 春雨中華サラダ	はんぺんおすまし チーズ 牛乳	牛乳 ヨーグルトレーズン	鶏肉 はんぺん たまご さば削り節 牛乳 チーズ	人参 きゅうり 小松菜 しめじ のり	米 大豆油 砂糖 ごま油 春雨	421 17.2 18.3 1
15木	ごはん さんまのかつお節煮 中華風野菜炒め	豚汁 グレープフルーツ 牛乳	ソフトヨーグルト	さんま かつお節 かまぼこ 豚肉 油揚げ みそ さば削り節 牛乳	キャベツ 人参 コーン 大根 ごぼう グレープフルーツ	米 サラダ油	493 20 19.8 1.4
16金	きのこたっぷりミートソース ひじきのツナマリネ かまぼこ豆腐のスープ	さくらゼリー 牛乳	ジョアマスカット チーズ 牛乳	豚肉 ツナ かまぼこ 絹ごし豆腐 たまご 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム えのきたけ グリーンピース ひじき きゅうり あさつき /	スパゲティ サラダ油 砂糖	409 12.3 20.1 2.3
19月	ハヤシライス かぼちゃのサラダ 切干大根ひじきの五目煮	オレンジ 牛乳	牛乳 バタースティック	豚肉 減塩さつま揚げ 牛乳	玉ねぎ えのきたけ 枝豆 マッシュルーム しめじ 南瓜 ひじき 切干大根 人参 オレンジ /	米 サラダ油 砂糖 エッグケアマネース 白滝	486 18.2 17.4 1.8
20火	ごはん マーボー豆腐 ジャコ油揚げ野菜の和え物	ウィンナー玉子巻き ソフトドライブルーン 牛乳	ジョアマスカット せんべい	木綿豆腐 豚ひき肉 みそ ウィンナーたまご 油揚げ じゃこ 牛乳	たけのこ水煮 人参 ピーマン 椎茸 玉ねぎ キャベツ ブルーン	米 サラダ油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま	471 16.1 20.0 1.7
21水	ごはん・のりふりかけ タコナゲット・星型フライドポテト 納豆野菜の五目和え	もずくかき玉汁 チーズ 牛乳	牛乳 おさつスティック	たこ 納豆 チーズ かつお節 はんぺん さば削り節 牛乳 たまご	わかめ 人参 小松菜 ほうれん草 もずく のり	米 じゃが芋 大豆油	448 17 18.9 1.6
22木	ごはん さばのみそ煮 ポパイソテー	じゃが芋味噌汁 グレープフルーツ 牛乳	牛乳 クラッカー	さば みそ みそ さば削り節 牛乳	ほうれん草 コーン 人参 しめじ 玉ねぎ わかめ グレープフルーツ	米 サラダ油 バター じゃが芋	488 19.8 19.4 1.7
23金	食パン・ジャム&マーガリン ヘルシーから揚げ ツナ枝豆コーンポテトサラダ	にんにくスープ ソフトドライブルーン 牛乳	牛乳 さつまポテト	鶏肉 ツナ たまご 牛乳	人参 コーン 枝豆 小松菜 にんにく 玉ねぎ えのきたけ ブルーン	食パン じゃが芋 ジャム&マーガリン 片栗粉 エッグケアマネース	469 21.2 20.7 1.5
26月	ごはん 炒り豆腐 こんにやく煮	ワンダンスープ オレンジ 牛乳	牛乳 ブルーベリーサンド	木綿豆腐 鶏ひき肉 豚ひき肉 牛乳	人参 ねぎ たけのこ水煮 椎茸 小松菜 もやし オレンジ	米 サラダ油 砂糖 こんにやく ごま油	446 14.6 18.6 1.6
27火	ごはん わかとりごま照り焼き 切干大根のマリネ	小松菜かき玉汁 チーズ 牛乳	牛乳 わらび餅	鶏肉 かまぼこ たまご さば削り節 はんぺん チーズ 牛乳	切干大根 人参 きゅうり もやし 小松菜	米 砂糖 ごま油	507 18 20.6 1.7
28水	ごはん・のりふりかけ カツオフライ ほうれん草ごま和え	中華レタススープ グレープフルーツ 牛乳	飲むヨーグルトブルーンFe クラッカー	かつお たまご 牛乳	ほうれん草 人参 コーン レタス しめじ 大根 のり グレープフルーツ	米 大豆油 パン粉 ごま油	424 12.1 18.2 1.3
30金	わかめごはん(おにぎりの日) かじきのさっぱり焼き じゃが芋そぼろ煮	けんちん汁 プチみかんゼリー 牛乳	牛乳 豆乳野菜のマフィン	めかじき 鶏ひき肉 木綿豆腐 油揚げ さば削り節 牛乳 みそ	枝豆 人参 大根 ごぼう 小松菜	米 サラダ油 砂糖 じゃが芋	534 17.9 21.3 2.4

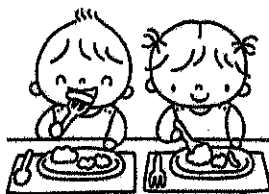
生活リズムを整えましょう。

※物資の都合により、献立を変更することがあります。

新年度を迎え、子ども達の周りの環境が変わります。園生活に慣れるように、登園時間や食事時間などを考えて、ご家庭でも生活リズムを整えていきましょう。

一日を元気に過ごすためには、運動、食事、休養、すいみんをきちんととり、体によい生活リズムをつくるのが大切です。朝・昼・夕の3食を、できるだけ決まった時間に食べることで、一日の生活リズムをつくりやすくなります。朝ごはんからきちんと食べて生活リズムをつくり登園してください。

新入園児は、こども園の環境に慣れるまで時間がかかります。お子さんと保護者の方にも負担がかからないように焦らず、ゆっくり慣らしていきましょう。



4月予定献立表



日	昼食	おやつ	主な材料とはたらき			備考		
			あかのなかま 血・肉・歯・骨となる	みどりのなかま 体の調子を整える	きいろのなかま 力や熱になる	熱量kcal	脂質g 蛋白質g 塩分g	
5月	ごはん 白身魚のコーンマヨ焼き 野菜の三色炒め	牛乳 クラッカー アンパンマンせんべい	メルルーサ たまご チーズ 牛乳	とうもろこし缶詰 もやし 人参 にら 小松菜 にんにく えのきたけ	米 サラダ油 ごま油 ごま 片栗粉 エッグケアマネース	526 21.0	21.2 2.1	
6火	ごはん 豆腐ハンバーグ(花型) 中華かまぼこ枝豆サラダ	牛乳 クリームパン	豆腐 おから 鶏肉 かまぼこ たまご 牛乳	玉ねぎ 人参 きゅうり 枝豆 とうもろこし缶詰 豆苗	米 サラダ油 ごま油 砂糖 片栗粉	587 20.1	19.3 2.1	
7水	ごはん・のりふりかけ 豆腐のそぼろあん包み 野菜炒めカレー味	牛乳 きなこおはぎ	豆腐 豆乳 タラすり身 鶏肉 たまご 牛乳	玉ねぎ 人参 枝豆 キャベツ コーン わかめ しめじ かぶ のり グレープフルーツ	米 サラダ油	571 18.5	16.8 1.6	
8木	豚丼 きゅうりの中華漬け 豆腐なめこのみそ汁	牛乳 カルシウムせんべい	豚肉 木綿豆腐 みそ さば削り節 牛乳	玉ねぎ 生姜 きゅうり 水煮なめこ わかめ ブルー	米 白滝 砂糖 ごま ごま油	581 22.1	19.3 2.4	
9金	けんちんうどん チーバン焼印厚焼き玉子 ツナ小松菜おひたし	牛乳 ほうれん草蒸しパン	鶏肉 なると巻き たまご 油揚げ さば削り節 ツナ 飲むヨーグルトブルー	人参 大根 椎茸 ごぼう 小松菜 オレンジ	うどん 砂糖	516 21.8	15.4 2.7	
12月	ポークカレー しらすわかめキャベツの酢の物 かぼちゃ煮	牛乳 茹で枝豆	豚肉 しらす干し 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく キャベツ わかめ 南瓜 ブルー	米 サラダ油 じゃが芋 ごま 砂糖	604 22.1	20.2 1.8	
13火	ごはん 銀鮭塩こうじみそ焼き きらきらきんぴらごぼう	牛乳 玄米小丸せんべい クラッカー	銀鮭 減塩さつま揚げ たまご 牛乳	人参 ごぼう いんげん とうもろこし缶詰 玉ねぎ	米 サラダ油 砂糖 片栗粉	614 22.6	22.2 1.4	
14水	ごはん・のりふりかけ チキンナゲット 春雨中華サラダ	牛乳 ヨーグルトレーズン カミカミ昆布	鶏肉 はんぺん たまご さば削り節 牛乳 チーズ	人参 きゅうり 小松菜 しめじ のり	米 大豆油 砂糖 ごま油 春雨	540 19.6	21.8 1.7	
15木	ごはん さんまのかつお節煮 中華風野菜炒め	豚汁 グレープフルーツ 牛乳	ソフールヨーグルト さんま かつお節 かまぼこ 豚肉 油揚げ みそ さば削り節 牛乳	キャベツ 人参 コーン 大根 ごぼう グレープフルーツ	米 サラダ油	557 21.6	21.2 1.7	
16金	きのこたっぷりミートソース ひじきのツナマリネ かまぼこ豆腐のスープ	さくらゼリー 牛乳	ジョアマスカット チーかま アンパンマンせんべい	豚肉 ツナ かまぼこ 絹ごし豆腐 たまご 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム えのきたけ グリーンピース ひじき きゅうり あさつき /	スパゲティ サラダ油 砂糖	487 23.2	15.2 2.8
19月	ハヤシライス かぼちゃのサラダ 切干大根ひじきの五目煮	牛乳 バタースティック	豚肉 減塩さつま揚げ 牛乳	玉ねぎ えのきたけ 枝豆 マッシュルーム しめじ 南瓜 ひじき 切干大根 人参 オレンジ /	米 サラダ油 砂糖 エッグケアマネース 白滝	596 20.8	21.1 2.6	
20火	ごはん マーボー豆腐 じゃこ油揚げ野菜の和え物	ウインナー玉子巻き ソフトドライブルー 牛乳	ジョアマスカット せんべい クラッカー	木綿豆腐 豚ひき肉 みそ ウインナーたまご 油揚げ じゃこ 牛乳	たけのこ水煮 人参 ピーマン 椎茸 玉ねぎ キャベツ ブルー	米 サラダ油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま	640 25.5	22.8 2.4
21水	ごはん・のりふりかけ タコナゲット・星型フライドポテト 納豆野菜の五目和え	牛乳 おさつスティック	たこ 納豆 チーズ かつお節 はんぺん さば削り節 牛乳 たまご	わかめ 人参 小松菜 ほうれん草 もずく のり	米 じゃが芋 大豆油	585 21.1	21.7 2.3	
22木	ごはん さばのみそ煮 ポバインテー	牛乳 いもけんぴ クラッカー	さば みそ みそ さば削り節 牛乳	ほうれん草 コーン 人参 しめじ 玉ねぎ わかめ グレープフルーツ	米 サラダ油 バター じゃが芋	566 22.1	20.8 2.1	
23金	食パン・ジャム&マーガリン ヘルシーから揚げ ツナ枝豆コーンポテトサラダ	牛乳 さつまポテト	鶏肉 ツナ たまご 牛乳	人参 コーン 枝豆 小松菜 にんにく 玉ねぎ えのきたけ ブルー	食パン じゃが芋 ジャム&マーガリン 片栗粉 エッグケアマネース	586 23.4	26.1 2.1	
26月	ごはん 炒り豆腐 こんにゃく煮	ワンタンスープ オレンジ 牛乳	牛乳 ブルーベリーサンド	木綿豆腐 鶏ひき肉 豚ひき肉 牛乳	人参 ねぎ たけのこ水煮 椎茸 小松菜 もやし オレンジ	米 サラダ油 砂糖 こんにゃく ごま油	573 23.1	17.0 2.1
27火	ごはん わかとりごま照り焼き 切干大根のマリネ	牛乳 わらび餅	鶏肉 かまぼこ たまご さば削り節 はんぺん チーズ 牛乳	切干大根 人参 きゅうり もやし 小松菜	米 砂糖 ごま油	568 22.1	18.8 2.0	
28水	ごはん・のりふりかけ カツオフライ ほうれん草ごま和え	中華レタススープ グレープフルーツ 牛乳	飲むヨーグルトブルーFe お魚アーモンド クラッカー	かつお たまご 牛乳	ほうれん草 人参 コーン レタス しめじ 大根 のり グレープフルーツ	米 大豆油 パン粉 ごま油	556 21.9	15.9 1.9
30金	わかめごはん(おにぎりの日) かじきのさっぱり焼き じゃが芋そぼろ煮	けんちん汁 プチみかんFeゼリー 牛乳	牛乳 豆乳野菜のマフィン	めかじき 鶏ひき肉 木綿豆腐 油揚げ さば削り節 牛乳 みそ	枝豆 人参 大根 ごぼう 小松菜	米 サラダ油 砂糖 じゃが芋	607 24.7	19.4 2.9

※物資の都合により、献立を変更することがあります。

新入園児

給食食数 1号認定児 18回
2号認定児 18回

在園児

給食食数 1号認定児 19回
2号認定児 19回



生活リズムを整えましょう。

新年度を迎え、子ども達の周りの環境が変わります。園生活に慣れるように、登園時間や食事時間などを考えて、ご家庭でも生活リズムを整えていきましょう。

一日を元気に過ごすためには、運動、食事、休養、すいみんをきちんととり、体によい生活リズムをつくるのが大切です。朝・昼・夕の3食を、できるだけ決まった時間に食べることで、一日の生活リズムをつくりやすくなります。朝ごはんからきちんと食べて生活リズムをつくり登園してください。

新入園児は、こども園の環境に慣れるまで時間がかかります。お子さんと保護者の方にも負担がかからないように焦らず、ゆっくり慣らしていきましょう。





* * *



食育だより



* * *



令和3年4月

ご入園、ご進級おめでとうございます。元気いっぱいのお友だちを迎え、給食が始まります。給食を初めて食べる子ども達もいると思います。友達が食べている様子をみながら少しずつ慣れていってもらえるとうれしいです。

今年度も、「安全で安心なおいしい給食」を提供できるように給食室一同がんばりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症への対応はしばらく続けていくこととなります。安心して給食の時間を過ごせるよう、感染拡大防止対策をしつつ食育を進めていきたいと思ひます。

毎日食べている給食について紹介します。

○給食時間は、ただ食事をする時間ではありません。

食事の勉強をする時間です。給食は「生きた教材」といわれ、食べ物の食べ方、栄養や健康、行事食や食文化、そして食事のマナーなど食に関するさまざまなことを楽しく学ぶ時間です。

いただきます！



○給食の材料は、献立日に合わせてその日中に使いきります。

そのために、登園する人数から使う量を前もって計算し注文しています。

野菜が残ってしまったから、冷蔵庫に保管して別の日に使うようなことは決してしません。

※調味料や乾物、米などは、まとめて購入して保存しています。

○野菜の切り方には、わけがあります！

それぞれの料理に合わせて、また子ども達が食べやすい大きさを考えて工夫して切っています。

未満児クラスの子供達は、飲み込み方や噛むのが慣れない食材は、子どもの一口サイズに合わせて切りそろえて盛り付けしています。

○肉や魚は切りません！

肉や魚の大きさを揃えてもらうために、お店の人にあらかじめ注文して切り揃えたものを持ってきてもらいます。

給食室の中で、短時間で衛生的に調理するためにお店の方に協力してもらっています。

(例) 鮭1切れ40g150枚など

○作って伝えたい味がある！

和食のおいしさを、日々の献立に工夫して入れています。

干しひじきや切り干し大根はじめ大豆やこんにやく、豆腐、油揚げ！

みそ汁やおすましには、さば削り節や昆布などの旨みを味わえるようにしています。

○こども園の中で、給食を一番はじめに食べる人は？

園長先生または、副園長先生などです。

『検食』といって、みんなが食べる30分前までに食べます。

- ・安全に作られているか
 - ・味付けや量が適切か
 - ・香りや色彩、形態は適切か
- 等、食べて検査をしています。

○給食費があまり高くないのは、食材料費の一部を集金させていただいているからです。

食材も決して安さだけでは選ばれません。旬で地産地消を心がけて新鮮で安心な食品を選んでいます。

成長期のみなさんに必要な量がとれるように考えています。

○安全な給食を作るためには、調理員の体調管理が一番大切です。生卵やカキなど食べることは禁止しています。

調理室では、作業衣を整え、マスクを1年中しています。作業ごとにエプロンを着替えています。手袋も作業ごとに使い捨てています。素手で出来上がりの料理や皿をさわることはありません。

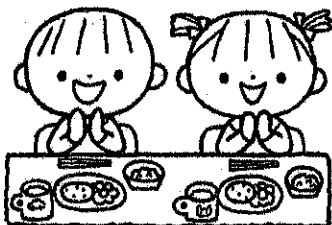
給食費について

1号認定児の給食費 200円×実施日数=1か月分給食費

2号認定児の給食費 280円×実施日数=1か月分給食費

※3号認定児の給食費は、保護者負担金に含まれています。

保護者から徴収する給食費は、すべて食材料購入費の一部として使われます。給食にかかわる人件費、光熱費、消耗品費、備品費等は、長柄町で負担しています。



食育だより



こども園給食の栄養

子どもの発達・発育状況や生活状況を把握し、必要な栄養と量がとれるようにしています。
こども園における給食は、調乳、離乳食は、月齢別に献立作成し成長に合った調理をしています。
給与栄養目標量は、1～2歳児、3～5歳児の区分で設定しています。
3歳未満児食(1～2歳児食)、3歳以上児食(3～5歳児食)に分類され、それぞれ対象児に適した調理とよりきめ細かい給食を実施します。

【厚生労働省『日本人の食事摂取基準2020年版』】

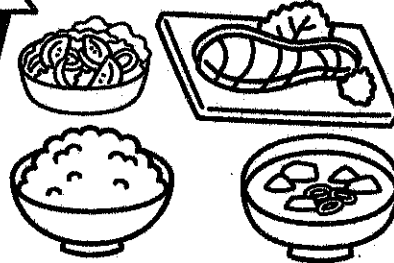
主菜・副菜

主菜(肉・魚・たまご)は、たんぱく質が主になるおかずで、しっかりとした体をつくるものになります。

副菜(野菜)は、体の調子を整える働きがあります。

主食と副菜(おかず)を、かわるがわる食べると、全部の量が食べられなくても栄養のバランスがくずれにくくなります。

給食の組み合わせ



牛乳

牛乳は、成長期の子どもに必要な栄養がたくさん含まれていて、欠かせない食品です。

特に牛乳のカルシウムは、体への吸収がよく、骨や歯を丈夫にします。

食物アレルギーで飲めない人は、小魚や大豆など、カルシウムの多い食品を意識してとりましょう。

主食(ご飯・パン・めん)

主食は、私たちが1日に食べ物からとる、体を動かすエネルギー源の約40%を占めるといわれます。

熱となって体温を一定に保つことや、運動でのエネルギーになります。また、脳の活動の栄養源にもなるので集中力も増します。

汁物(みそ汁・スープ)など

汁物の具を増やすことで、水量が減り飲み切ったときの食塩の摂取量が下がるため、減塩につながります。

苦手な野菜も、加熱をするとかさが減り食べやすくなります。

野菜が苦手でも、汁に栄養が出ているので汁だけでも飲ませることも進めましょう。

給食豆知識

食事の際、ご飯が左、みそ汁が右側におきます。

日本人の食卓において一汁三菜の形が定着した鎌倉時代(1185～1333)より前の時代、平安時代(794～1185)には、すでに一般的になっていたといわれています。

日本には、左上位の思想があります。これは左が上位で右を下位とするもので、飛鳥時代(592～710)に中国から伝わった考えです。日本人は昔から、お米を『命を支える糧』として大切にしてきました。そのためご飯が左に置かれるのは、左上位の思想がもとにあるという説もあります。

給食の置き方も、その基本にならって配置しています。



《 こども園 給食目標 》

- ・食生活のマナーや食事を通した人間関係、形成能力を身につける。
- ・子どもが、『一緒に食べるとおいしい』『一緒に食べると楽しい』と思う体験をさせる。
- ・季節を感じさせる旬の食材や、地域の特産物を活用する。
- ・菜園作りや、クッキングなどを通して食への関心を深める。

給食の内容

地産地消（地域で作られた物を消費すること）を心がけて、新鮮な地域の食品をたくさん取り入れています。

主食：ごはん(週4回)

- ・長柄町のコシヒカリです。
- ・毎日、給食室で炊いてクラス毎に分けています。
- ・献立により、十五穀米や混ぜご飯、炊き込みご飯なども提供します。

牛乳

- ・昼食用、千葉酪農農業共同組合から、毎朝届けてもらいます。
- ・おやつ用、100mlパック牛乳は、グリコから納品されます。
- ※成分無調整の普通牛乳です。

みそ：無添加のみそを使っています。
(長柄町産)
煮物やみそ汁の「だし」は、さば削り節や、かつお節、昆布からとります。

パン：麺類(週1回)

- ・パンは、山崎パン製品を長柄町の商店から納品されます。
- ・乾麺や春雨なども、長柄町商工会の商店から納品されます。
- ・その他の、冷凍うどんや中華麺等は、千葉市の給食業者より納品されます。

おかず

- ・魚 千葉市の給食業者(財)千葉県学校給食会、(株)美濃忠、(株)鈴木食品より納品されます。
- ・肉 (株)井東商店
- ・野菜 町商工会青果店が、茂原市市場から買い付け毎朝届けられます。
- ・豆腐・たまご 千葉市の給食業者より納品されます。

デザート

季節の果物(いちご・みかん・オレンジ・リンゴ・メロン・すいか・ぶどう・なし・かき・グレープフルーツ・あまなつなど)、冷凍みかんや冷凍パイナップル、プチゼリー、ヨーグルト、チーズ、ドライソフトプルーン、果物のゼリー和え、フルーツヨーグルトなど。

◎おかずの種類は、煮物、炒め物、蒸し物、焼き物、揚げ物、酢の物、サラダなど、色々と組み合わせて、多くの食品を取り入れるように工夫しています。
和風、中華風、洋風等取り入れています。

食物アレルギーについて知っておいてほしいこと

・食物アレルギーは、好き嫌いやわがままとは違います。特定の食べ物を食べたり触ただけで、皮膚のかゆみ、じんましん、口やのどの違和感、唇の腫れ、嘔吐咳など、複数の症状が急激に進むアナフィラキシーショックに至ることもあります。

・病院で診断をうけて診断書に基づき、特定の食品を除いていきます。
・アレルギーのある人は、できないことがあります。(例)牛乳がこぼれた机を拭くことはできません。玉子パックや牛乳パックを使ってオモチャとして使えません。
・みんなが同じ給食を食べれるように、たまご不使用のマヨネーズ(エッグケアマヨネーズ)など食材を工夫して給食を作っています。