

給食だより

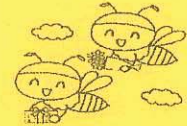
平成30年4月2日

会津報徳保育園



ご入園・ご進級

おめでとうございます



桜の開花も北上を始め、春の訪れを感じる今日この頃、いよいよ新年度がスタートします。新しいお部屋、新しい先生、新しいお友達に子ども達もワクワク・ドキドキしているかと思います。新しい環境に慣れようと、子どもたちは頑張るので、体調を崩してしまう子もいるかもしれません。十分な睡眠と栄養バランスの摂れた食事を心がけましょう。



おねがい

- ☆1日元気に園生活が送れるよう、朝ごはんはしっかり食べてきましょう
- ☆今まで何の症状がなくても突然、食物アレルギーが現れることもあります
食物アレルギーと診断されたら、速やかにお知らせください
また、解除(医師の指示のもと)となった場合もお知らせください



今月の予定

- 2日 入園式
- 10日 絹さやのすじとり(さくら)
- 17日 フルーツあんみつ作り(たんぽぽ)
- 20日 お誕生会

だしの旨味で味覚を育てる

日本人は、甘味・辛味・苦味・酸味に加えて、旨味という味覚があり、乳幼児期は、この旨味を育てていく大切な時期です。例えば、かつお、昆布、いりこだしをとると、旨味成分の効果が素材そのものの美味しさを引き出してくれ、少しの調味料でも美味しく食べられます。

保育園のだしは、手作りです。離乳食はもちろん、みそ汁、煮びたしにも使用しています

- ①鍋に厚切りかつお節を入れ、沸騰したら2~3分煮立たせます
- ②粗熱がとれたら、ざるでこします
- ③こした煮汁をそのまま、みそ汁等にいれます

