

4月給食だよ!

魚津市役所こども課



ご入園・ご進級おめでとうございます

保育園の給食は、栄養士が家庭の味や季節感を取り入れながら献立を作成し専任の調理員が心をこめて調理をしています。お子さんの健やかな成長を願って、おいしい給食の提供に努めますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



1・2歳児の給食について

主食(ごはん等)、副食(おかず)、午前と午後のおやつを園で用意します。1日の栄養量の50%程度を保育園でとることになります。

3～5歳児の給食について

副食(おかず)と午後のおやつを園で用意します。主食(ごはん等)は、お子さんにあつた量を家庭から持たせてください。ごはんを110g持ってこられた場合、1日の栄養量の40%程度を保育園でとることになります。

0歳児(離乳食)について

離乳食は「授乳・離乳の支援ガイド」という国の指針をもとに、おひとりおひとりの成長の様子を見ながら個別に対応しています。



食物アレルギーに対して

主治医に書いていただいた「生活管理指導表」の指示に従って、個別に対応しています。各園の保育士や調理員にご相談ください。

おやつについて

週に1度程度、午後のおやつに調理員が手作りのものを取り入れています。また、市販のおやつも添加物の少ないものを保育士や調理員が吟味して用意しています。

安全・安心な給食

各園内の調理室で、衛生管理には細心の注意をはらって給食を作っています。

かみかみサラダ

チャレンジ給食メニュー

(材料) 3～4人分

- さきいか 20g
- キャベツ 120g
- 人参 30g
- きゅうり 80g
- スライスモツ 8g
- マヨネーズ 28g
- しょうゆ、砂糖、塩、こしょう、すりごま少々

(作り方)

- ①キャベツと人参をせん切りにし、茹でて冷ます。
- ②きゅうりは小口切りにし、塩でさっともみしぼる。
- ③さきいかは細かく切る。
- ④さきいかとスライスモツを炒って冷ます。
- ⑤材料と調味料を和える。

だべものクイズ

Q. イカのなかでも青く光ることがあるイカは何イカ?
「〇〇イカ」

富山湾でとれ、今が旬です。青い光を見たことあるかな?

