



2025. 4. 1 戸塚愛児園

ご進級・ご入園おめでとうございます。

柔らかな陽ざしに春の訪れを感じる季節になりました。新年度を迎え、新しい環境に期待と不安でドキドキ・ワクワクしていることと思います。

子どもたちの元気な姿を力に、今年度も安心・安全・おいしい給食を提供できるように努力していきます。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

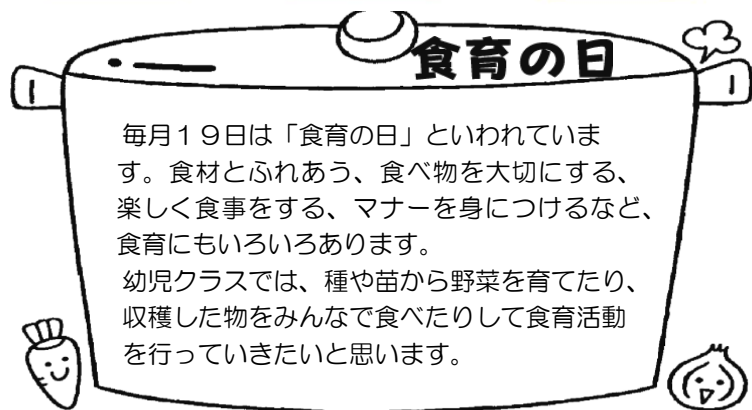
【給食作りのこだわりポイント】

- ★旬の食材を活用し、季節感や彩りのある献立にしています。
- ★添加物があまり入らない様に気を付けてなるべく国産の食材を選ぶようにしています。
- ★離乳食は、特に一人ひとりの発達に合わせて硬さや大きさなどを変え、噛む力を育てるようにしています。
- ★きちんと出汁を取り、素材の味を生かす『和食献立』を基本としています。出汁について下に紹介しています。

事務所の横に毎日の給食の写真を16:50頃～20:00頃まで掲示しています。ぜひお子さんとご覧になってください。また、給食や食について分からないことがありましたら、栄養士にお気軽にお声がけください。



- ★ 子どもの味覚は身体の成長と同時に形成されていきます。
- ★ 人間は『甘味・塩味・うま味』を好む傾向があります。経験により好むようになる味が『苦味・酸味』です。経験の少ない子どもには苦味や酸味が苦手な味になりやすいです。
- ★ 子どもは10歳ごろまでに味覚が形成される重要な時期です。色々な素材と味に触れ、幅を広げていく事が大切です。多くの味の経験が「おいしい」感覚を作っていきます。



愛児園のお出汁



世界で日本食が注目されるとともに、出汁も注目されています。出汁が効いていることで、素材の味が生かされ、薄味でもおいしく食べられます。

- ・昆布…上品で控えめな、うま味。羊水や母乳にも昆布と同じうま味成分「**グルタミン酸**」が含まれています。
- ・かつお節…香りのよい、うま味の効いた上品な出汁。うま味成分「**イノシン酸**」が含まれています。
- ・煮干し出汁…コクのある、うま味の強い出汁。うま味成分「**イノシン酸とグルタミン酸**」が含まれています。

愛児園では、昆布は『離乳食・汁物、炊き込みご飯の出汁』かつお節は『汁物・煮物』煮干し出汁は『汁物やラーメンのつゆ』に使用しています。

昆布やかつお節などの異なるうま味成分を組み合わせることで、単独で使うよりもうま味が強くなります。小さいころからうま味を上手に使って、味覚を育てていけると良いですね。



給食室クイズ

給食室では、毎日左の写真の炊飯器と家庭用炊飯器を使いご飯を炊いています。

戸塚愛児園では、1日約何合のお米を炊いているのでしょうか?園で使用している家庭用の炊飯器は10合炊きと5合炊きの2台を使用しています。