

おいしい!の笑顔がふえますように



4月

令和7年度
長井市給食共同調理場
文責：佐竹 直子

ご入園・ご進級 おめでとうございます！

今年度も様々な食経験を通して、ゆっくりでよいので、みんなで食べる喜びや、食べ物に対する興味関心が持て、しっかり食べられる ことになってもらえるよう、調理場職員一同がんばっていきます。

給食では、こども達に たくさんの食体験をしてもらうため、いろいろな食材を使用します。献立表に毎日使う材料を記載しておりますので、ぜひ ご確認ください。

よろしくお願いいたします

長井市給食共同調理場 子育て推進課 栄養士の佐竹直子と申します。

かわいい こども達の 心もからだも健やかに成長できるよう、給食を通してこども達の育ちに寄り添い、「おいしい!」の笑顔のため、愛情込めたおいしい給食作りに努めます。食べることのお悩み等ございましたら、園の先生を通していつでもご相談ください。



給食作りで大切にしたいこと

こんだて

二十四節気等に合わせた行事食や、旬の食材を使用した季節感のある献立を工夫します。

使う食材は可能な限り県産、長井産を使用し地産地消に努め、できるだけ添加物が入っているものは使用しないようにします。

ごはんを中心に、パンや麺も提供します。おかずは、主菜・副菜・汁物がつきます。果物やデザートも献立に合わせて提供します。

味つけと噛むこと

食材の持つ本来の味を生かすシンプルな薄味を心がけます。

料理のだしも、基本的にかつお節や昆布・煮干し等自然なものからだしを取ります。

よく噛んで食べることを自然に身に付けてもらえるよう、根菜類を取り入れたり、野菜を大きめに切ったり、少し固めにゆでたりして自然とよく噛んでごっくんができるような献立を工夫します。

調理について

調理場には、いろいろ便利な機械もありますが、その日の野菜の状況や、こども達の成長に合わせて大きさを変えるため、包丁での手切りを中心にしています。入園したての2歳児さんの果物には切れ目を入れますが、成長して指の力がついてきたら切れ目は入れません。食べることから手指の発達を促すためです。

食器は持ちやすいもの

食器は、小さい子でも持てる大きさのお碗やお皿の大きさになっています。スプーンやフォークはしっかりと握りやすいもので、自分で道具を使って食べる喜びを感じてもらいたいと思っています。きちんとスプーンとフォークが使えるようになったら、シンプルで持ちやすい六角形の箸へと移行します。お家でのお箸は、木製のすべりにくくシンプルな物を選んであげると良いようです。

温かいものは温かく 冷たいものは冷たく

保温・保冷力の高い食缶で配送します。

ごはんは長井産のお米を調理場で炊飯し、炊き立てを配缶します。

冷たいものはブラストチラーという冷たくする機械で冷やしてから配缶します。

園に配送してから、自分が食べられる量を先生が盛りつけてくれます。

食べることが大好きな子に 育ってもらうために

こども達が「給食楽しみだな♥」「食べるのって楽しいな♥」と思ってもらえるような給食作りに努めます。

「みんなで一緒に食べるとおいしいね♥」という共食を通して食べる喜びを感じ、食べることが大好きな心を育みたいと思っています。

また私達は「いのち」をいただいて生きていることを知り、「いただきます」「ごちそうさまでした」の挨拶など感謝の気持ちも育んでもらいたいと思っています。