

# 4月の食育だより

満開の桜の花びらが、ひらひらと舞うようになりました。

ご入園、ご進級おめでとうございます。

新しい環境で初めておうちのかたと離れて過ごす保育園。

不安だったり、ワクワクだったり。

美味しいとこちゃんの給食を食べて、

たくさんお友達を作ってくださいね。

## とこちゃん保育園グループ

### 給食とおやつについて

こども達が元気に健康に大きくなる事を念頭に

管理栄養士が献立をたてています。

栄養を満たす事はもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、心を込めて作っています。

- ①旬の食材を使う。
- ②出汁から手作り。
- ③硬さや大きさは年齢に合った形状にする。
- ④食欲が湧く彩り。
- ⑤アレルギーに対応する。

保育園の給食とおやつは、  
毎日写真を撮っています

とこちゃんグループでは、その日の給食とおやつを『デジタルフォトフレーム』に映しています。お時間ありましたら、確認してみてくださいね♪

4月  
旬の食材  
『アスパラガス』

## 保育園おやつ人気メニュー

### ★メロンパン風トースト★

材料（乳児1人分）

8枚切り食パン	半分
ホットケーキミックス	7g
無塩バター	5g
牛乳	3.5g
レモン汁	0.2g
グラニュー糖	1g



作り方

- ①無塩バターを鍋に入れて溶かす。
- ②ボウルにホットケーキミックス、①、牛乳、レモン汁を入れてよく混ぜる。
- ③食パンに②を塗り、ナイフで2cmの格子状に模様を付ける。
- ④グラニュー糖をふりかけ、オーブントースターで7分こんがり焼き目が付くまで焼く。

いただきます



ごちそうさま

「命を頂く」という意味を込められた

「いただきます」のように食事の挨拶をすることは大切です。

言葉の意味がわからない赤ちゃんでも

「食事の時間」を感じられるようになります。