

5月 給食だより

2025年5月2日

社会福祉法人尚徳福祉会

管理栄養士 夕永 ゆうき

認定こども園よなごベアーズ

園長 小原 美由紀

新年度が始まり新しい環境にも段々と慣れて、給食やおやつを楽しく食べている姿をよく見かけようになりました。今年度も子どもたちが安心して食べられるよう、安全な食事づくりを第一に考え、食べる楽しさや大切さも伝えていきたいと思っています。今月は乳幼児期の給食づくりの工夫をお伝えします。

保育園の給食

☆衛生管理の徹底

免疫力が未発達な乳幼児は、食中毒菌に感染すると大人よりも重症化しやすく、命に関わるケースもあります。そのため、園の給食づくりでは徹底した衛生管理を行っています。

菌をつけない



- ・調理室に入る前には手洗いをしっかり行います。
- ・加熱前の食材と加熱後の食材は調理器具を分けています。
- ・調理が終わった後の食品を扱うときは使い捨て手袋を着用しています。

菌をやっつける



- ・加熱は食材の中心部が85℃以上になることを確認します。
- ・使用した調理器具、食器は高温洗浄、高温乾燥を行い殺菌します。

菌を増やさない



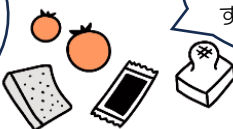
- ・生鮮食品は当日、または前日に納入し、鮮度の良い状態で使います。
- ・冷凍品は短時間で解凍するために流水で行い、菌の増殖を防ぎます。

☆誤嚥予防

誤嚥とは、食べ物や異物が気管に入ってしまうことで、窒息や肺炎などの原因となることがあります。嚥下や飲み込んだりする機能が未発達な乳幼児期への食事提供では重要です。



一口で食べられる大きさにカット、またはかじり取りができる形にする



硬いものや喉に詰まりやすい形状のものを避ける



一度に口に入れる量を少なくするように支援する

☆おいしい！とを感じるために

おいしいと感じるためには空腹や食欲を感じ、それが満たされたときの満足感を知ることが大切です。規則正しい生活の中で身体を十分に動かすことができる時間を設けて食欲アップにつなげています。



☆5月の献立より☆

【コーンフレークスナック】

4人分

- ・コーンフレーク 50g
- ・マシュマロ 20g
- ・油 小さじ1強

- ① 鍋に分量の油を入れて火にかけ、マシュマロを加え溶かします。
- ② ボウルの表面に油(分量外)を塗りつけ、コーンフレークを入れておきます。
- ③ ②に①を入れて混ぜます。
- ④ オープンシートなどに広げて冷まし、食べやすい大きさにほぐしてからいただきます。

牛乳をかけていただくイメージが強いコーンフレークですが、こんな楽しい食べ方もあります。子どもたちの人気おやつです。

