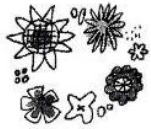


# ゆりかご園だより

2022.6.1



2期(6~9月)のねらい

からだづくり活動を通して  
子ども関係の質を高めよう

今月の園だよりは、卒園して数年経ても懐かしく思ってもらえる、ゆりかごの給食についてお伝えしたいと思います。

札幌市には多くの保育園や認定こども園がありますがほとんどの園は札幌市の

基準献立を使っています。ゆりかごのように独自の献立を使っているのはわずかです。

園の給食方針の一つに『自然の素材をいかし、本物の味がわかる味覚を育てる』ことを掲げ、  
・多くの素材を使用しうす味で調理する  
・旬をいかした献立、日本の伝統的食生活を大切にする  
・手づくりおやつ といったことを心がけ子どもにとって安全で安心できる良い材料を選んでいます。

米とみそは“国民の命と健康を守る食糧生産宣言の町”北竜町の農薬節減米と手づくりみそを使用しています。また、ミネラル分を多く含むてんさい糖や塩を使用するなど、食材や調味料にこだわっています。

また、食物アレルギーの子や宗教上除去食を必要とする子たちもできるだけみんなと同じものが食べられるよう、「卵を使わないマヨネーズ」「小麦粉不使用のソース」「アルコール無添加のしょうゆやみそ」「卵白の塗っていない海苔」「卵を使っていない道産小麦の無添加パン」「油はオリーブ油となたね油」これらを使用することで、アレルギーのある子たちも食べられる献立がずい分増えます。おやつの一品は手づくりで、他に咀嚼力を促すもの(コンブやするめ、煮干し)と、化学調味料や添加物の入っていない袋菓子を出しています。

以前、他園の調理員がゆりかごを訪れたとき、献立を見てたいそう驚いていました。和食中心の昔ながらの献立や、コンブやするめ、煮干しがおやつに出ることに「自園では考えられない。子どもたちは洋食×ニューや甘いクッキーやケーキしか喜んで食べない」と言うので今度は私が驚きました。宗教上肉が食べられない子も一緒に食べられる豆カレーはゆりかごの定番×ニューです。遠足に持参するおやつの人気NO1はコンブです。

味覚は3歳まで、食習慣は12歳までにほぼ決まるといわれ、乳幼児期の食事はその人の一生を左右するほど大切なものです。苦手なものも友達と一緒に少しずつ食べられるようになり、火畑での野菜づくり、クッキングなどを通して、食べることに意欲的になってきます。友達と一緒に楽しく食べた経験が記憶に残り、卒園後も給食の味を懐かしく思い出してくれるのでしょう。

ゆりかごに新しく仲間入りした子たちも健康な心と身体をつくる給食を、友達とたくさん食べて園生活を楽しく過ごしてほしいと思います。