



ごはんだより



2月は手作りみそを仕込むのに適した季節です。

みそは「大豆」「麴」「塩」からできています。

手作りする味噌は作る人のもっている菌や環境で違う仕上がりになります。

昨年から3園で「手作りみそ」に挑戦して、

できあがった手作り味噌は給食で提供しています。

大豆をつぶしたり、麴と塩をませたりする作業を楽しんでいる子どもたち。

今年も子どもたちの元気な菌でおいしいみそができますように。



こま草保育園



龍華保育園



宮保育園



切干大根の
煮付け

鮭の玄米パン
粉焼き

給食の紹介

パン粉を使わず玄米パン粉を使いました。
小麦アレルギーの子も安心して
たべることができます。
子どもたちの身体に入るものは
やさしいもの安心なものを心がけています。

* 3月の栄養価(1日平均)

エネルギー	464kcal
たんぱく質	17.4g
脂質	12.0g
食塩	1.4g

雑穀ごはん

豚汁

