令和6年

3月 こんだてひょう

はお誕生会で

元岡幼稚園

日/曜日	主食	献立名	赤の仲間 からだをつくる		黄色の仲間 エネルギーのもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー kcal	蛋白質 g
1/金		＊てりやき ポテトサラダ ハートのミニパイ	牛乳	ハンバーグ・ハム	パン・じゃがいも 砂糖・マヨネーズ ミニパイ	きゅうり・人参・玉葱 コーン・リーフレタス	414	15.1
4/月	ごはん	シュンユイ やさいソテー	牛乳	白身魚・豚肉	片栗粉・揚げ油・砂糖 ごま・植物油・ごま油 精白米	生姜・キャベツ・青ねぎ もやし・ピーマン・人参	328	14.4
5/火		＊カレーライス ナムル	牛乳	豚肉	精白米・マカロニ・ごま じゃがいも・植物油 ごま油	玉葱・人参・もやし ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・小松菜 ひじき	399	13.5
6/水	おべんとうのひ							
7/木		のりごはん・＊からあげ おいものシャキシャキサラダ リーフレタス・＊もとおかのいちご ＊いにしえくるりん	牛乳	ベーコン・鶏肉	精白米・砂糖・ごま 揚げ油・じゃがいも 片栗粉・マヨネーズ 植物油	小松菜・リーフレタス パセリ・生姜・にんにく いちご・味付けのり	391	13.4
8/金	ごぜんちゅうほいく							
11/月	ごはん	カレーにくじゃが ひじきのわふうサラダ	牛乳	豚肉・ハム 昆布・かつおだし	じゃがいも・マヨネーズ 砂糖・ごま・植物油 精白米	人参・玉葱・小松菜 ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・ひじき	314	16.4
12/火	ごはん	ミートローフ こまつなときのこのごまあえ	牛乳	牛ひき肉・豚ひき肉 鶏卵・脱脂粉乳 かつおだし	植物油・パン粉・砂糖 片栗粉・ごま・精白米	えのきたけ・人参・小松菜 生しいたけ・もやし・玉葱 しめじ・グリンピース	385	17.2
13/水		コーンラーメン ささみのちゅうかあえ	牛乳	豚肉・鶏ささみ 昆布・かつおだし	中華麺・植物油・砂糖 ごま油	人参・青ねぎ・小松菜 コーン・きゅうり・もやし	317	15.9
14/木	ごはん	さかなのおとしあげ マカロニとハムのサラダ	牛乳	白身魚すり身・鶏卵 ハム	片栗粉・植物油・精白米 マカロニ・マヨネーズ	玉葱・人参・コーン ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・きゅうり	373	15.9
15/金	ごはん	★ツナいりあつやきたまご あぶらあげときゅうりのごまずあえ	牛乳	シーチキン・かつおだし 鶏卵・うす揚げ	精白米・植物油・砂糖 ごま	人参・玉葱・きゅうり	339	16.6
18/月	ごはん	とりにくのかりんとうがらめ じゃこサラダ	牛乳	鶏肉・しらす干し	片栗粉・植物油・砂糖 ピーナツ・揚げ油 ごま油・精白米	生姜・キャベツ・人参 きゅうり	351	16.1
19/火	ごぜんちゅうほいく（しゅうえんしき）							

※材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。※1日(金)はお誕生会、7日(木)はお別れ会です。

花もほころび始め、春の訪れを感じるようになりました。早いもので、今年度も最後の月になり、年長さんにとっては残りわずかな給食の時間となります。そこで、年長クラスごとに人気メニュー1位から3位のアンケートを取り、一部献立に取り入れました(＊印)。

全部のリクエストは応えられませんが、中でも7日㈭のお別れ会には収穫したての『元岡産のいちご』と3クラスともに人気だった『いにしえくるりん』を出す予定です。

幼稚園でお友達や先生と食べた給食の時間がいつまでも楽しい思い出になってくれるとうれしいです。

すみれ

【おかず】
1. ハンバーガー
2. にこみハンバーグ
3. からあげ

【デザート】
1. いにしえくるりん
2. ミルクもち
3. あげドーナツ

ゆり

【おかず】
1. カレーライス
2. からあげ
3. みそラーメン

【デザート】
1. さつまいもチップス
2. いちご
3. いにしえくるりん

ふじ

【おかず】
1. カレーライス
2. からあげ
3. やきにくパスタ

【デザート】
1. いにしえくるりん
2. ミルクもち
3. みかん

１年間を振り返って

元岡幼稚園の給食室は園舎のほぼ真ん中にあるので調理中の良い匂いが園舎全体に広がります。「いいにおいがするね、きょうのきゅうしょくはなにかな？、おなかすいたー」など子ども達の声が聞こえてきます。また、食材に触れたり、実際に調理しているところを垣間見れたりと、「自園調理」ならではの生きた食育に繋がっているようです。たくさんある中の取り組みをいくつかご紹介します。

◎元岡いちご◎

４月のお誕生会で元岡の生産者の方が当日の朝に収穫したあまおういちごを届けてくれました。

◎いちご風味のいにしえくるりん◎

５月１０日のいちご狩りのいちごで作りました。いにしえくるりんは子ども達に人気のデザートで、白玉粉を使ったクレープのような生地であんこをくるみます。生地にいちごを混ぜ込むことでプチプチとした食感といちごの風味を五感で味わうことができました。

◎元岡トマト◎

元岡地区で昭和４０年代から栽培されています。酸味と甘みのバランスが良く、ゼリー部分もしっかりしているため、大手チェーン店のサンドイッチやハンバーガー、ピザ などにも使われているそうです。そんな福岡市が誇る「元岡トマト」をみんなでおいしくいただきました。

◎ふかしポテト◎

年長さんが育てた新じゃがいもをホクホクにふかしました。メークインと男爵の形の違いも知り、「このじゃがいもはメークイン？」と聞く子もいました。

◎ﾐﾆﾄﾏﾄ･きゅうり･おくら･ﾋﾟｰﾏﾝ･すいか◎

様々な夏野菜を育て、給食でもいただきました。年長さんはきゅうりの浅漬けをクッキングしたり、しそジュースにレモンをしぼって色の変化を観察し、飲みました。苦手な子もいましたが、貴重な食体験になりました。

◎２学期から主食の提供が始まりました◎

園で使っているお米は【糸島産の夢つくし】で、使う分をその日に納品してもらい、ガス釜の強い火力で一気に炊き上げます。日本人にとって大切な食文化のひとつである“ごはん”のおいしさを子ども達が給食でも実感してくれているようです。また、１０月のお誕生会では新米の【元岡産の元気つくし】をいただきました。ツヤツヤもちもちでした。

◎元岡産の小松菜◎

小松菜はハウス栽培が盛んで一年中出回っていますが、旬の中心は冬で、寒くなる時期に霜があたると甘みが増してさらにおいしくなります。また、小松菜に含まれるカルシウム量はほうれん草の約3.5倍。なおかつ、アクが少ないので下ゆでの必要もなく、使いやすい緑黄色野菜です。幼稚園の献立でも多く使用していて、普段から福岡産を使っていますが、１１月には元岡で育った地場産の小松菜を生産者さんから仕入れました。茎の部分をつまんでみたり、匂いを嗅いでみたりと興味をもつ子もいて苦手だけど食べようとする姿も見られました。

◎にんじん･ほうれん草･大根･かぶ◎

幼稚園の畑では冬野菜もたくさん収穫できました。ボイルやソテーで野菜そのものを味わい、20kg以上の大根を給食の食材で使いました。いつもの野菜がより身近に感じられました。

◎博多春菊◎

1月の新メニュー、『大根としゅんぎくのサラダ』では、元岡で生産された【博多春菊】をいただきました。パッケージには、博多織の献上柄がデザインされていて福岡らしさが伝わります。残食もほとんどなく、「おいしかったよ」と子ども達だけでなく、先生方も喜んで食べてくれました。

◎おにさんライス◎

２月のお誕生会では人参やのり、とんがりコーンを使ってオリジナルの鬼の顔を作りました。かぼちゃのそぼろ煮のグリンピースを目にする子もいて発想の豊かさに驚きました。