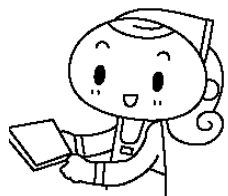




# 給食ができるまで



## 調理研究会



調理員と栄養士が集まって、安全でおいしい食事を提供するために話し合います。

園児の身長や体重から必要な栄養量を計算して、献立をたてています。

給食の展示や献立表も参考にしてくださいね★

## できあがり



品質が良く、安心・安全な食材をしっかりと管理して、仕入れます。



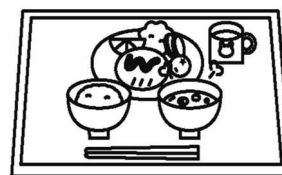
## 食品の購入

衛生面に十分注意して調理します。加熱調理するものは、中心までしっかり加熱します。また、食材自体のおいしさが味わえるように薄味で調理します。

年齢に応じて量や形態に配慮し、見た目に美しく、食欲が増すように工夫して盛り付けます。



## 調理



## 盛り付け



園での食事は、おやつを含めて1日の45～50%を目安に提供しています。

家での食事（朝食・夕食）も  
しっかり食べましょう♪♪



## まぐろフレーク炒め

### 材料（1人分）

- まぐろフレーク(味付け)・・・20g
- たまねぎ・・・・・・・・・・20g
- きゃべつ・・・・・・・・・・20g
- 油・・・・・・・・・・適量

- ① フライパンに油をひき、適当な大きさに切った野菜を炒める。
- ② ①にまぐろフレークを加え、さらに炒める。

その他の朝食メニュー



※展示食や献立表の分量は、3歳児のものです。