

公立こども園の給食を紹介します

更新日 令和6年9月19日



給食

竹原市の公立こども園では、給食調理員と栄養士がチームをつくり、市の統一献立を作成しています。こども園での食事が子どもたちにとって「活きた食育」となるように、バランスのとれたおいしい料理を基本に、季節の食材や伝統行事を取り入れた献立作りを目指しています。こども園に通園されている方には毎月献立表を配布しています。他に年齢、発達に合わせての離乳食やアレルギーの除去食も保護者と連携を取りながら作っています。

午後のおやつ

食品添加物の少ない安全なおやつを提供を目指し、おやつを手作りしています。子どもたちの様子を見ながら、甘すぎない、辛過ぎない、できるだけ自然に近いおやつを提供しています。

人気のメニュー

子どもたちが大好きな給食の作り方を紹介します。「おかわり〜！」の声が飛び交うこと間違いなしです。

ぶどうソースハンバーグ ひろしまんぷくシャキシャキサラダ



〈材料〉

ぶどうソースハンバーグ

食品名	可食量(g)	下処理
牛ひき肉	20	
豚ひき肉	20	
たまねぎ	26	みじん切り
パン粉	6	
卵	10	
脱脂粉乳	3	
塩	0.1	
サラダ油	2	
ぶどう	23	皮をむき、みじん切り
ケチャップ	3	ソースの材料
お好みソース	3	
バター	0.6	

【作り方】

〈ぶどうソースハンバーグ〉

- ①たまねぎをしんなりするまで炒める。
- ②①と油以外の材料を全て合わせ練り混ぜ、ハンバーグの種を作る。
- ③フライパンに油をひき、②を焼く。
- ④ぶどうとソースの材料を合わせ鍋で一煮立ちさせる。
- ⑤③に④をかけ盛りつける。

※ポイント

ぶどうは前日に洗って冷凍する。
当日、水に入れると皮がむきやすくなる。

〈材料〉

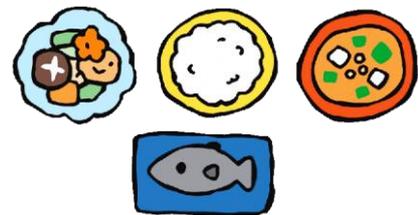
ひろしまんぷくシャキシャキサラダ

食品名	可食量(g)	下処理
じゃがいも	27	せん切り
にんじん	10	せん切り
広島菜漬け	6	1cm幅に切る
ちりめん	2	炒る
マヨネーズ	5	
レモン果汁	0.6	

【作り方】

〈ひろしまんぷくシャキシャキサラダ〉

- ①野菜をゆで、水で冷やし、水気を絞る。
(じゃがいもは固めにゆでる)
- ②①とちりめん・マヨネーズ・レモン果汁を和える。



※注 こども園給食の幼児食1人分の分量で記載しています。

黒糖蒸しパン

〈材料〉

黒糖蒸しパン

食品名	可食量(g)	下処理
小麦粉	20	ふっておく
ベーキングパウダー	0.6	ふっておく
黒砂糖	8	固まりを崩す
牛乳	14	



【作り方】

〈黒糖蒸しパン〉

- ①材料を全て入れ混ぜる。
- ②カップに入れ、20分ほど蒸す。



※注 こども園給食の幼児食1人分の分量で記載しています。

〈給食室より〉

「ぶどうソースハンバーグ」

ぶどうは、竹原のぶどう農家さんのものを使う事で、地産地消を目指しています。

「ひろしまんぷくシャキシャキサラダ」

広島菜漬けやレモンを使った広島ならではのサラダです。さっぱりとしていて食べやすいです。

「黒糖蒸しパン」

やさしい味で子どもたちも大好きです。少ない材料で作ることができるので、ぜひご家庭でも作ってみてください。

※黒糖にはボツリヌス菌の芽胞が混入している可能性があり、乳児ボツリヌス症を引き起こす可能性があるため、1歳未満のお子さんは、黒糖の代わりに砂糖を使用してください。