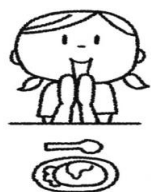


H29. 11

いちじまこども園

調理室 安達 由紀  
堀 亜紀  
吉住 亜由美  
細見 艶子

日に日に秋が深まり、肌寒い季節がやってきました。子ども園の畑でも、白菜や大根など冬野菜がスクスクと大きくなり収穫を楽しみにしています。給食にもふんだんに冬野菜を取り入れ、旬を味わうようにしたいと思います。



「いただきます」

「ごちそうさま」



食事の準備が整うと、「姿勢を正しましょう！手を合わせましょう！いただきます！」と言う元気な子どもの声が、こどもレストラン（ランチルーム）から聞こえてきます。

「いただきます」には、全ての食材には命がありその“命”を頂いているという意味と、私達の口に食べ物が入るまでに多くの人（食材を作る人、収集・運搬する人、販売する人、調理する人など）が関わっており、そんな人たちに感謝の気持ちを込めると言う意味があります。また食事の挨拶をすることで、食事の時間のけじめをつける習慣が身につきます。



いただきますーす！

## 作ってみませんか？

\* サツマイモ入りかるかん(アルミカップ10個分)\*

### 材料

サツマイモ……………60g      上新粉……………100g  
グラニュー糖……………80g      長いも……………50g  
水……………80cc  
ベーキングパウダー……小さじ1

### 作り方

- ①サツマイモは皮をむき5mm角に切り、水にさらしておく。長いもは皮をむき、すりおろす。
- ②上新粉・グラニュー糖・ベーキングパウダーをボウルにいれ混ぜ合わせる。
- ③②に①の長いもと水を入れドロっとするまで混ぜる。
- ④①のサツマイモの水気を切り③のボウルに入れ混ぜる。
- ⑤アルミカップに2/3ほど④を入れ、10～15分蒸せば出来上がり！

※サツマイモの代わりにクリやあんこを入れても美味しいですよ！

## 調理室の窓から

### ～食物アレルギーの対応について～

食物アレルギーの有病率は年々増加傾向にあります。実際に、いちじまこども園でも増加しています。

#### Q. 医師の診断がなくても対応してくれるの？

- A. 必ず主治医に診断書と除去の程度を言用紙を提出していただいています。主治医と家庭とこども園の三者が連携することでより安心・安全に食事をする事ができるからです。



#### Q. どんな対応食をしているの？

- A. 基本は除去食（アレルギーのある食材を除いた食事のこと）を提供しています。除去食で対応できない場合は代替食を提供しています。（例えば卵アレルギーの場合、卵焼きは焼き魚やお好み焼きに代替しています。）

#### Q. 食事は同じところで食べているの？

- A. 食べる場所はみんなと同じテーブルで食べています。ただし、他の子ども達と混合しないために対応食用の皿やトレーを使っています。



お皿とトレーには名前を書いています

#### Q. 対応食を食べた日は教えてくれるの？

- A. 日々の連絡帳とは別の「給食連絡ノート」を使って対応食の有無や内容をお知らせしています。また、ご家庭での食事の様子（献立等）も書いていただき、アレルギーの改善度等の把握も行っています。

保護者の方とのコミュニケーションにもなります

