

給食だより ～お弁当について～

令和5年4月25日

乃木育所 給食室

子ども達が楽しみにしている月に一度のお弁当の日が始まります。「スパゲティー入っているよ!」「見てー、作ってくれたよ」といつも大喜びです! 保育所でもいろいろな工夫を行い、給食を提供しています。子ども達が楽しく、おいしく食べられるよう下記を参考にして用意してみてくださいね。



気を付けてほしい食品

食品の形態・特性		食材	予防・注意点
丸い物、つるつとしたもの	弾力あり	プチトマト、ブドウ、さくらんぼ、うずら卵、球形のチーズ、カップゼリー、ソーセージ、こんにゃく	<ul style="list-style-type: none"> ・1/4カットにして小さくします。 ・カップゼリーは上向きに吸い込むため誤って気道に食べ物が入りやすいです。また、凍らせたり、こんにゃく入りゼリーなど、さらに窒息の危険がありますので注意が必要です。 ・ソーセージは縦半分に切ります。 ・こんにゃくは使用せず、1cmに切った糸こんにゃくを使用した方が安全です。
	粘着性が高い	白玉団子	つるつとしていて、噛む前に誤嚥するので注意しましょう。
	固い	あめ、ピーナッツなどの豆類	硬くて噛み砕く必要があるので、5歳以上になってからにしましょう。
粘着性が高く、唾液を吸収して飲み込みづらいもの		餅、ごはん、パン類、焼き芋、カステラ、せんべい	<ul style="list-style-type: none"> ・水分を摂って喉を潤してから食べましょう。 ・一口量を少量にし詰め込まず、よく噛みましょう。
固く噛み切りにくいもの		エビ、イカ、りんご、生の人参、水菜	<ul style="list-style-type: none"> ・小さく切ったり、水菜は、1～1.5cmに切ると安全です。 ・イカは小さく切って加熱すると更に固くなるので注意しましょう。
弾力があり噛み切りにくいもの		きのこ類	1cm程度に切りましょう。
		グミ	・1個ずつ口に入れましょう。
唾液を吸収して飲み込みづらいもの	噛みちぎりにくい	のり	刻みのりを、かける前にもみほぐしておきましょう。
		鶏ひき肉のそぼろ煮	豚肉との合いびき肉で使用したり、片栗粉でとろみをつけると安全です。
		ゆで卵	細かくして、何かと混ぜましょう。
		煮魚	柔らかくしっかり煮込みましょう。



26日はお弁当の日です。

乳児さんはピック等は危ないので控えて下さいね。