

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お使い下さいね。



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ため、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。