

給食だより

9月号

2020年9月1日発行

田園調布学園大学
みらいこども園
栄養士 中嶋なおみ

災害に備えて…



9月1日は防災の日です。最近、通年様々な災害に備えるように意識が高まっていますね。家庭の食糧備蓄は約1週間分が望ましいと言われますが、量はかなりのものになりますので、日頃から使用できるもので計画的に消費と補充をして用意できるといいですね。

ローリングストック…日頃使用する保存の効く食料品(賞味期限1年程度のもの)を買い置きし、計画的に消費・補充を繰り返す備蓄法です。



(おすすめの食料品)

パックごはん・レトルト食品(おかゆ・カレーなど)、フリーズドライ食品(味噌汁やベビーフードなど)・缶詰(ツナ・サバなど魚、コーンなど)・瓶詰・ペットボトル飲料水など…

消費の仕方…1週間の1～3日目は家庭の冷蔵庫や冷凍庫内の食品を活用し、4～7日目はこのストック分を活用するイメージです。なので、4～7日の3日分12食分を用意し、古いものから定期的に食べてその分買い足します。

なぜ1週間分必要なの？

コンビニやスーパーの商品が品薄になることもありますし、公的な支援物資が届くまでに時間がかかるかもしれません。食料以外にも、ラップ・紙皿・紙コップ・スプーンや割りばし・なども用意しておくといいですね。



9月からの給食献立について

9月1日より一斉登園が始まります。分散登園時期から食事の密を避けるために席の間隔を開けたり、時間を調整したりしてきました。登園の人数が増えるにあたり、席の間隔や時間を調整するためには通常の一汁二菜の形式だと難しい状況になると判断し、給食の形式を変更した献立にしています。丼物や混ぜごはんなどと汁物の組み合わせや、副菜を付けずに具たくさん汁物を付けるなどして時短で食べられるようにしました。感染予防のため、ご了承ください。

