



食育だより 4月号

元村保育園 R6.4.1 発行

ご入園・ご進級おめでとうございます

新年度が始まりました。保育園では、様々な食体験を通して感じる心を大切にしながら食の楽しさを伝え、基本的な食習慣やマナーを身につけるための手助けができればと思っています。

ご家庭でもご協力をいただくことも多いかと思いますが、今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

・・保育園の給食について・・



☆0歳児 (ゆめ組)

…一人一人の様子に合わせた、ミルクや離乳食を準備します。

☆1～2歳児 (ほし・にじ組)

…完全給食です。午前と午後におやつがあります。

☆3～5歳児 (つき・そら・たいよう組)

…副食給食です。

お家から味のついていないごはんの持参をお願いします。

ごはんの目安は90g～110gですが、お子さんの様子に合わせて食べられる量を持って来てください。おやつは午後の1回です。

○食材は安心安全な地域の新鮮なものを使用し、伝統的な行事食や季節のものを多く取り入れていきたいと思ひます。
○薄味を心がけ、味覚の発達を促せるような給食にしていきたいと思ひます。



○保健所の指導により、調理後2時間以内の提供となっています。13時までには準備しておきますがそれ以降に登園する時は食事を済ませてきてくださるようお願いいたします。

○毎日の給食は玄関に展示しています。ぜひご覧になって、盛り付け量など参考にいただければと思ひます。帰りにお子さんと話題にしてくださいね。

・・毎月の行事食について・・

♪ 完全給食の日

毎月の誕生会やパン献立の日は、全園児完全給食となります。他の行事でも完全給食になる場合がありますので、献立予定表や給食ホワイトボードを確認していただくようお願いいたします。

♪ クッキングの日

つき・そら・たいよう組を中心に、畑で収穫した野菜などを使い、クッキングを行います。爪が伸びていないかの確認と、エプロン・三角巾の準備をお願いします。

♪ お弁当献立の日(3～5歳児)

5月から献立に取り入れていきます。保育園でおかずを弁当箱に詰めますので、大きめの空の弁当箱とおにぎりを持ってきてください。散歩先や園庭で食べたり、普段と違った雰囲気を楽しみたいと思ひます。

今年度の栄養価の目標値は、以下の通りです。

	熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
未満児	481	16	13	1.5
以上児	376	16	15	1.6

今年度の給食担当は

《栄養士》

山野 聡美

《調理員》

佐々木 美紀・田代 恵美子・千葉 楓です。

給食レシピのことなど、

気軽にお声をかけてくださいね

4月の旬の食材：アスパラ・かぶ・春キャベツ・絹さや・スナッフえんどう・ふき・うるい
いちご・ネコポン・ジュシーオレンジ・さわら・もずく など

