

食育だより

4月号 一本木保育園

令和6年4月1日発行

ご入園・ご進級おめでとうございます。

いよいよ新年度が始まり、子ども達の元気な声があふれ、活気あるスタートとなりました。子ども達が楽しく元気に過ごせるよう、様々な食体験を通して、保育園と家庭と一緒に取り組んでいきたいと思っています。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



～ 給食について ～

◎おやつについて

- *もも組（月齢などに合わせて）
- *すみれ・さくら組は午前と午後の2回です。
- *ゆり・たんぽぽ・ひまわり組は、午後1回です。

注:新ゆり組は、午前おやつがなくなります。

◎離乳食について

家庭と連携を取りながら、一人一人の発達に合わせてミルクや離乳食の準備をします。分からないことなど、担任や栄養士に聞いてください。一緒に進めていきましょう。

◎給食展示について

玄関に給食の展示をしています。降園の際、一緒にご覧になり親子での会話を楽しみましょう。

お願い: 保健所の指導により調理後2時間以内の喫食となっております。

離乳食⇒12時半まで

幼児食⇒13時まで

この時間以降の場合は食べてからの登園をお願いします。

こんな お弁当箱を!

- ①自分で開閉がしやすい
- ②浅めのもの
(食べやすく扱いやすい)
- ③開けた蓋と本体が重なる

手に合ったお箸を!

※発達状況に合わせて進めます。

- ①手に合ったサイズのもののもの
(手の平の長さ+3cmが目安)
- ②木製・竹製の箸(軽く滑りにくい)



朝食を食べて元気に登園を

朝食は、昼までの活動を支える『エネルギー源』です。朝食を食べないと脳と体に栄養が行き届かず、園での活動に支障が出ます。ボーっとしたりイライラすると、ケガや友達とのケンカなどのトラブルになりかねません。

園では、バランスの良い食事『グッドバランス』の取り組みをしています。忙しい朝のおすすめはご飯と具沢山のみそ汁。たっぷり野菜と豆腐や卵、ウインナーなどを入れると3色栄養が簡単に揃います。子ども達は汁物が大好き! 煮ることで野菜も食べやすくなります。発酵食品のみそを使った温かいみそ汁は、腸を刺激して排便にも繋がり、良いことづくめです。

アレルギー・体調不良時

◎医師から食物アレルギーと診断され食品等除去が必要な場合は対応いたします。

医師からの生活管理指導表、又は診断書、保護者様から除去食依頼書の提出を必ずお願いいたします。(当協会では基本6ヶ月に1度の提出規定)

◎下痢や嘔吐でお休みした翌日等、当日の朝までにご家庭から希望がありましたら、出来る範囲内で体調に合わせた献立で対応をいたします。

給食職員 紹介

〔栄養士〕上路 涼子 〔調理員〕角掛 八寿美 〔非常勤調理員〕角掛 静子の3人で協力しながら、子ども達に喜んでもらえるようなおいしく楽しい食事を作りたいと思います。また、給食メンバーも子育て経験者です。一緒に子育てのお手伝いが出来たらと思っています。食事の悩みやレシピなど、何でも気軽に声をかけてください。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

よろしく
お願いします

