



## 入園・進級おめでとうございます。

保育園では、みんなで楽しく食事をしながら、正しい食習慣や衛生習慣が身につくように様々な食体験を経験します。ご家庭にもご協力を頂きながら、子ども達の成長を一緒に見守っていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。



## 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。睡眠中に下がった体温を高め、脳や体を刺激してくれます。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。イライラしたり、ボーっとしたり、ケガや友達とのケンカなど、トラブルになりやすくなります。早寝をしてしっかりと身体を休め、朝の光を浴びて早起きをし、おいしく朝食を食べて元気に登園しましょう。

### …給食取り置きについてのお願い…

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。登園が遅くなる場合は、早めに連絡をお願いします。

●離乳食⇒12時半まで

●幼児食⇒13時まで

が給食を保存できる時間となっております。

今年度も、このメンバーで美味しく楽しい食事を作っていきたいと思っております。よろしくをお願いします。

〔栄養士〕藤原 美雪

〔調理師〕後藤 幸

〔調理師〕新山 恵美佳

〔調理師〕中村 幸子

〔非常勤調理員〕吉田 寿子



料理のポイントなど、ベテランの調理職員に聞いてみませんか!? レシピ等、何でも気軽に声をお掛け下さい!

## 保育園の給食について

### ◎献立表・食育だよりの配信

今年度から献立表がカレンダー様式となります。毎月1回、おがスマにて献立表と食育だよりの配信を行います。紙での配布は、給食展示のところにて行いますのでご自由にお持ちください。

### ◎給食展示について

玄関に給食の展示をしています。お子さんと一緒にご覧になり、その日の給食のお話をするのも楽しいですね。

### ◎離乳食について

家庭の様子をお伺いしながら、一緒に進めていきたいと思っております。分からないことなどありましたら、担任や栄養士にお声がけください。

### ◎弁当献立について

給食をお弁当箱に詰めて、戸外などで食事を楽します。弁当献立の日に、さくらんぼ、かりん、りんご組は、大きめの空の弁当箱に記名をして持ってきて下さい。



## アレルギー・体調不良時の給食

◎医師から食物アレルギーと診断され、食材の配慮が必要なお子さんには、お子様に合わせた献立を用意いたします。

医師からの生活管理指導表、又は診断書、保護者から除去食依頼書の提出を必ずお願いいたします。

◎下痢や嘔吐でお休みした翌日等で食事に配慮が必要な場合は、早めにお知らせしていただければ、出来る範囲内で体調に合わせた献立で対応いたします。

### 令和6年度 食事摂取基準

未満児…1歳児・2歳児

以上児…3歳児・4歳児・5歳児

	エネルギー	蛋白質	脂質	Ca	リン	Fe	VA	VB1	VB2	VC	VD	カリウム	食塩
くるみ きいちこ	482kcal	17g	14g	214mg	250mg	2.3mg	189μgE	0.25mg	0.28mg	20mg	1.6μg	450mg	1.5g
さくらんぼ かりん りんご	565kcal	23g	16g	262mg	315mg	2.5mg	210μgE	0.32mg	0.36mg	23mg	1.8μg	450mg	1.6g