



4月の給食だより



ご入園・ご進級おめでとうございます



春の暖かな日ざしの中、新年度がスタートし、新しい環境での生活が始まりました。保育所の給食を食べて毎日元気に過ごしてほしいと思います。

★生きる力を育むアプローチ

給食は、単に栄養を摂るだけでなく、将来の健康と社会性を育む大切な時間です。食事が、どのようにして子どもの「生きる力」につながるのか、具体的な3つのアプローチをご紹介します。

1.健康な食事づくり

健やかな成長のため、子どもの食経験に配慮しながら、成長期に必要な栄養を過不足なく補給できる献立を作成しています。同時に、だしや旬の食材の味を活かした薄味調理を徹底し、健全な体と豊かな味覚を育みます。

・「主食・主菜・副菜」がそろった栄養バランスが良い献立

主食・・・ごはんなどの炭水化物

主菜・・・魚・肉・大豆製品などのタンパク質

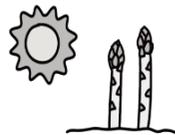
副菜・・・野菜・きのこ・海藻などのビタミン、ミネラル、食物繊維



・味覚の形成に配慮した献立



だしを活かした薄味の献立



素材の味を楽しむ



多様な味覚体験を

2.安全・安心に食べられる給食づくり

・衛生管理



入荷日時
記録
温度確認



調理室の衛生管理



調理時の加熱の徹底(殺菌)

納入業者・食材の品質管理

・誤嚥予防

発達に合わせた大きさや硬さや



落ち着いた環境でしっかり



3.楽しく食べられる環境作り

給食の時間は、友達や先生と一緒に食べることで、協調性や社会性を育む大切な場所です。「いただきます」「ごちそうさま」を通して、感謝の気持ちやマナーを学びます。楽しい雰囲気の中で、食への興味を引き出し、自分で食べようとする意欲を伸ばします。

《給食室よりお知らせ》

●離乳食は、個人にあった内容で進めていきます。

アレルギー食については、医師の診断に応じて対応しています。体調にあった食事(軟便時など)は、できる限り対応していきます。何かありましたら、ご相談ください。

●給食の食材については、国産の物、天然だし、地産地消を心がけ、旬の食材を使っています。

●事務室横のサンプルケースにその日の給食とおやつを飾っています。お迎えの時に、お子さんと一緒に見てください。

●進級にともない給食で提供できる食材が増えます。

ちゅうりっぷ・・・えび、大豆の水煮、ハム、ベーコン、ウインナー、
おき枝豆、キウイ、パイナップル、メロンなど

3歳児・・・さんま、さわら、さば、いわし、あじ、ししゃも、鶏手羽中など

子ども達に、「おいしいね。たのしいね。」と、喜んでもらえる安全な給食を作りたいと思っています。

また、子ども達の栄養管理・栄養計算・献立作成・情報発信などは、栄養士が担当します。

ご家庭と連携しながら子ども達の成長を見守っていきたいと思います。給食室の窓はいつも開いています。食についての意見・ご質問・その他なんでも、気軽に声をおかけください。