



4月 給食だより

令和2年4月1日 こどものいえ保育園 小林里穂

入園・進級 おめでとうございます！！

期待に胸をふくらませ、希望に満ちた新年度の始まりです。心も体も大きく成長するためには健康が第一です。その健康を保つために大切なのが「食事」です。なんでもモリモリ食べ、体調を整え、元気に過ごしていきましょう。今年度も美味しく、安全で栄養満点の給食を作っていくたいと思うので、どうぞよろしくお願ひします。

こどものいえ保育園の給食について・・・

☆ご飯が中心の和風献立がメインです☆

☆玄関前に、その日提供した給食の写真を掲示しております。是非ご覧になってください☆

・0歳児の給食(離乳食)

乳児期は、体や口腔機能の発育・発達において個人差が大きい時期です。保育園では、ご家庭で食べたことのある食べ物を提供し、個々にあった調理形態等で進めていきます。

・1～2歳児の給食

1日に必要な栄養量は、おやつを含め、**50%程度**を取ることを目標としています。

・3歳以上児の給食

1日に必要な栄養量は、おやつを含め、**45%程度**を取ることを目標としています。

・午後のおやつ

子どもの食事をトータルに考え、「おやつも食事の一部」としてとらえ、軽食に近い内容で手作りを心がけています。1～2歳は、120～240kcal。3～5歳は、150～300kcalを目安にしています。

・給食のイベント

お誕生日会や様々な行事に合わせた給食やおやつを予定しています。また、3・4・5歳児が行うクッキングの日は子ども達で作ったおやつ等を提供します。食べるだけでなく、見ても楽しめる内容となるように工夫していきたいと思っています。

・食物アレルギーのあるお子さんの給食

主治医から規定の診断書でご指示いただいたものを元に、個別で対応させていただきます。

気を付けていることは・・・

・個々の発達に合わせた食事形態で提供します。

・旬の食材を使うことで、甘みや塩分は控えめにし、素材そのものの味を生かすようにしています。

・よく噛んで味わって食べることが出来るように、切り方や柔らかさ、大きさなどを工夫しています。

・食中毒を防止する為の衛生管理を徹底しています。

・バラエティに富んだ調理方法での献立(焼き物・揚げ物・炒め物・煮物・和え物など)を心掛けています。

