



給食だより

NO.1

4月

松葉保育園 令和 6年 4月

ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食づくりを目指します。園児にとっては、お部屋の移動や新しい担任・お友達など新しい環境に慣れるのに精一杯だと思います。給食室では、子どもたちが心も体も新しい環境に慣れていけるようにサポートしていきたいと思えます。今年度もよろしく願いいたします。

◆保育園の給食について◆



乳児 (1-2 歳)

午前おやつ (9:30 頃)

トースト、せんべい、ふかし芋、バナナなど軽食です。牛乳 100ml も飲んでいただきます。

給食 (11:30~12:00 頃)

ご飯・パン・麺類など炭水化物の主食、たんぱく源のおかずの主菜、野菜や海藻中心の副菜、汁物、果物です。食べにくいものは小さく切るなど対応をしています。

午後おやつ (15:00 頃)

おにぎり、パン、麺類、ケーキ、蒸しパンなどを食べます。

延長おやつ (18:00 頃) 乳児・幼児共通

おにぎり、トースト、せんべい、バナナ、ふかし芋など夕食に差し支えない程度の軽食です。

たけ組 (0 歳児) は厚生労働省の授乳・離乳の支援ガイドをもとに、一人ひとりの成長を見ながら保護者の方と相談して離乳食を進めています。子ども個人に合わせた形状や段階の離乳食を提供しています。離乳食中期に進むにつれて 1 日 2 回食となり、11 時頃、14 時半頃に食事を摂ります。満 1 歳を迎えると、午前おやつが始まります。また、ミルクから牛乳へ移行させていきます。午前食と午後食の 2 回、100ml ずつ飲みます。

幼児 (3-5 歳)

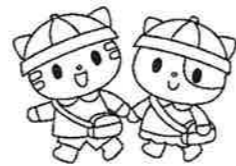
給食 (11:30~12:00 頃)

ご飯・パン・麺類など炭水化物の主食、たんぱく源のおかずの主菜、野菜や海藻中心の副菜、汁物、果物です。

基本的には乳児の 1.25 倍の量です。

午後おやつ (15:00 頃)

おにぎり、パン、麺類、ケーキ、蒸しパンなどを食べます。幼児は牛乳 100ml も飲んでいただきます。



その他の給食対応について

食物アレルギー食

医師からの診断書をもとに、アレルゲン物質を除去した給食とおやつを提供しています。不安やご相談のある方は担任までお声掛けください。



個別配慮食

怪我や体調不良、病後などで一時的に食事に配慮が必要な場合は、個別に対応いたします。軟飯の提供、食べやすいよう小さく切る、特定の食材を除去する、果物の薄皮を除いて提供するなど様々な対応をしています。こちらも不安やご希望等がある方は担任までお声掛けください。



当園での給与栄養目標量

保育園では「日本人の食事摂取基準」に基づき、給与栄養目標量を設定しています。給食とおやつを合わせて、1 日に保育園で摂取する栄養素の目標量です。

乳児クラス (1~2 歳児)

◆エネルギー 500kcal たんぱく質 17.5g 脂質 13.9g

(1 日の目標量の約 50% を保育園で摂取)

幼児クラス (3~5 歳児)

◆エネルギー 590kcal たんぱく質 20.9g 脂質 16.6g

(1 日の目標量の約 45% を保育園で摂取)



【食卓のすすめ】

今年度も食育活動として、たけのこの皮むきや米作り、お魚解体ショーやうどん作りを予定しています。子どもたちが食材や、食べることの楽しさ・大切さに興味を持つきっかけとなるような食育活動を行えればと思います。



また、園での食事の量や、食べている野菜の大きさなど、保護者の方々にも毎日確認していただけるようにしております。

場所は一階玄関に入って、右側に毎日飾ってありますのでぜひ見てみてください。

見本は 5 歳児のすずらん組の盛り付け量になっています。

ぜひお迎えの際には目を通してみてください。