



給食だより

ご入園・ご進級おめでとうございます

新しいお友達を迎えて、新年度がスタートします。初めて保育園に入るお子さんにとっては、たくさんのお友達と一緒に給食を食べることが、はじめての体験になることと思います。最初は環境の違いで戸惑うかもしれませんが、お友達と一緒に食べることは保育園生活の中で楽しい時間の1つになっていくことと思います。今年度も食育活動などを通して子どもたちと関わり、食への興味を持つきっかけ作りをしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

保育園の給食は、食事摂取基準に基づいて献立を作成しています

- ◎ご飯を中心に主菜・副菜を組み合わせて、手作りを基本としたバランスの良い給食提供をしています。
- ◎かつおぶしを中心におだしを取り、料理によって煮干し、昆布なども使用しています。
- ◎旬の食材を使用し、季節感を感じられるような献立作りを心がけています。
- ◎咀嚼の発達に合わせた調理で食べやすく、味覚（甘味、塩味、苦味、酸味、うま味）を育てます。
- ◎安全性を考え、果物以外はすべて加熱して生野菜は提供していません。
- ◎アレルギーを持っているお子さんもみんなと一緒に食べられるように、アレルギー食材をなるべく使用しない献立作りをしています。
- ◎食器はメラミンではなく、強化磁器を使用しています。

保育園では、「食」の大切さを伝え、正しい食選択ができる土台作りを給食でしていきたいと思っています。



保育園給食の栄養給与目標量のめやす

(1日の40~50%の栄養量を昼食とおやつでとれるように計算されています)

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄
乳児	475kcal	16~24g	11~16g	225mg	2.2mg
幼児	585kcal	19~30g	13~20g	270mg	2.5mg
	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
乳児	200	0.25mg	0.3mg	18mg	1.5g未満
幼児	225	0.32mg	0.36mg	18mg	1.8g未満