



## ご入園・ご進級おめでとうございます

新年度が始まりました。保育園では、様々な食体験を通して感じる心を大切にしながら、食の楽しさを伝え、基本的な食習慣やマナーを身につけるための手助けができればと思っています。

今年度もどうぞよろしくお願ひいたします。

## 保育園の給食について



### 0歳児（ゆめ組）

一人一人の様子に合わせた、ミルクや離乳食を準備します。幼児食に移行後は1～2歳児と同じ食事となります。

### 1～2歳児（ほし・にじ組）

完全給食です。午前と午後におやつがあります。

### 3～5歳児（つき・そら・たいよう組）

副食給食です。

お家から味のついていないごはんをお持ちください。

ごはんの目安は90g～110gですが、お子さんの様子に合わせて食べられる量を持ってきてください。おやつは午後の1回です。

## 毎月の行事食について



### 完全給食の日

毎月の誕生会など、全園児完全給食となります。他の行事でも完全給食になる場合がありますので献立予定表や給食のホワイトボードを確認していただくようお願いします。

### お弁当献立の日(3～5歳児)

5月から献立に取り入れていきます。保育園でおかずを詰めますので、**おにぎり**と**大きめの空の弁当箱**を持ってきてください。

### クッキングの日

つき・そら・たいよう組を中心に、畑で収穫した野菜などを使い、クッキングを行います。爪が伸びていないかの確認と、エプロン・三角巾の準備をお願いします。



○保健所の指導により、調理後2時間以内の提供となっています。**13時まで**は準備しておきますがそれ以降に登園する場合は食事を済ませてきてくださるようお願いいたします。

○毎日の給食は玄関に展示しています。ぜひご覧になって、盛り付け量など参考にいただければと思います。帰りにお子さんと話題にしてくださいね。

## 朝ごはんを食べて登園しよう！



朝ごはんは脳や体のエネルギー源となり、一日を元気にスタートさせるための大切な食事です。

朝ごはんには、**主食と具だくさんの汁物**を親子で食べて元気に登園しましょう！



今年度の栄養価の目標値は、以下の通りです。

	熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
3歳未満児	480	16	13	1.5
3歳以上児	388	16	15	1.6



今年度の給食担当は

《栄養士》  
山野 聡美

《調理員》

佐々木 美紀・田代 恵美子・千葉 楓です。

給食レシピのことなど気軽にお声をかけてください



4月の旬の食材：さわら・もずく・アスパラ・かぶ・春キャベツ・絹さや・スナッフえんどう・ふき  
千ゲン菜・うるい・いちご・ネコポン・ジュシーオレンジ・夏みかん など

