

食育だより 4月号

巣子保育園

令和7年4月1日発行

入園・進級おめでとうございます

保育園の給食では、みんなで楽しい食事や様々な食を通して体験、正しい食習慣や衛生習慣が身につけられるよう取り組んでいきます。

また、食育だよりを通して食育活動や食に関する情報をお伝えしたいと思います。よろしくお願ひ致します。



保育園の給食について

0歳児(つくし組)

1人1人の月齢に合わせたミルクや離乳食となります。幼児食へ移行後は1~2歳児と同じ食事となります。

1~2歳児(すみれ・たんぽぽ組)

昼食はご飯、主菜、副菜、汁物、果物が出る完全給食です。おやつは午前、午後の2回です。

3~5歳児(うめ・もも・さくら組)

昼食は主菜、副菜、汁物、果物が出る副食給食です。主食の白いご飯を家庭から持参していただきます。目安量は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。弁当メニューの日もありますのでふりかけご飯や炊きこみご飯は控えて下さい。おやつは午後の1回です。

食事の提供時間について

○保健所の指導により、調理後2時間以内の喫食となっております。

離乳食は12時半まで 幼児食は13時まで
この時間以降の場合は家庭で昼食を食べてからの登園をお願いします

アレルギー・体調不良時について

○食物アレルギーで医師により、食品の除去が必要と診断された場合は除去食の提供が可能です。保護者の方が記入した除去食依頼書と医師が記入したアレルギー生活管理指導表、又は診断書の提出をお願いします。

○下痢など食事の配慮が必要なときは、早めに職員にご相談ください。出来る範囲で対応いたします。

献立内容について

- 毎月の誕生会や季節の行事、パン献立などの日は全園児完全給食の日となります。3~5歳児も主食のご飯はもってこなくてもよい日です。
- 3~5歳児対象に、弁当献立の日を行っています。家庭からおにぎりや大きめの空弁当箱を持ってきてください。(空弁当箱はふた・容器の両方に必ず名前の記入をお願いします。)
- 毎月リクエストメニューを実施しております。給食展示の隣に用紙がありますので、名前とメニューの記入をし、箱に入れてください。献立に取り入れていきたいと思ひます。
- 献立表・食育だよりの配信
毎月1回おがスマにての配信を行います。紙での配布は、給食展示のところで行ひますので、ご自由にお持ちください。

朝ご飯を食べて元気に登園を!

朝ご飯は昼までの活動を支えるエネルギー源です。また睡眠中に下がった体温を高め、脳や体を刺激して排便を促します。早寝でしっかり身体を休め、朝の光を浴びて早起きをし、朝ご飯を食べて元気に登園をしましょう。

給食担当職員紹介

栄養士：菊池 さおり

調理員：井口 綺

高橋 智美

非常勤調理員：畠山 艶子

笠井 紗希

今年度も子どもたちに喜んでもらえる給食作りを行いますのでよろしくお願ひ致します。