



4月 給食だより



石原かがやきこども園 栄養士 中島広子

入園・進級おめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願ひします。

桜舞う4月。入園・進級したお友達の小さな胸には、新しいお友達や先生・新しいクラスの期待と不安が入り混じっているのしょうね。みんなが一つずつお兄さん・お姉さんになる第一歩目となる今月は“今まで保育園で多く給食に出されているもの・お家でもおそらく定番のごはん”を献立のテーマにしています。これから1年間を通して、食材の種類や味付けの幅を少しずつ増やし、たくさんの味覚や食への興味を持ってもらえる給食にしていきたいと思います。



さてさて！今年はどうなお話をきかせてくれるかな・・・？

楽しみに待っていますね♪みんな毎日元気に保育園に来てくださいね！！



今月の食育予定

わくわく組さん	・19日	食品群・紙芝居
	26日	レタスちぎり
ひまわり組さん	・18日	おにぎり作り
	27日	食品群・紙芝居
すずらん組さん	・18日	おにぎり作り
	28日	食品群・紙芝居
ばら組さん	・12日	かぼちゃサラダ作り
	18日	おにぎり作り

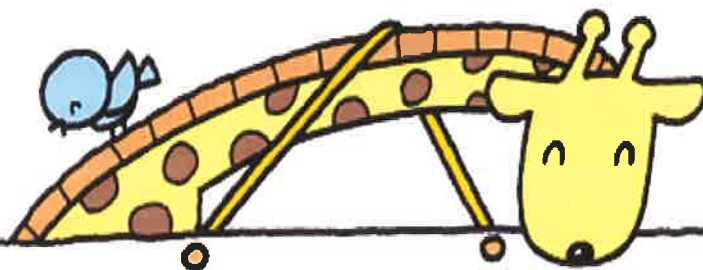


子供たちがその日に食べた昼食・おやつを給食室前に二子ちゃんに展示しています。料理名だけではイメージがわからない献立もあると思います。

作り方、材料などお気軽にお尋ねください。給食だよりの中でも、レシピを紹介していきたいと思います。

給食を

展示しています！



石原かがやきこども園の給食は・・・

- ★ 石原かがやきこども園の給食はごはんが中心の和風献立がメインです。今日、家庭での食事でも欧米化になってきています。きんぴら・酢の物・煮物等、家庭でも作る習慣が減ってきており、子供が食べたことがない、知らないといのが現状です。なるべく保育園で和食を食べる習慣をつけたいと考えています。また、これをきっかけに、ご家庭でも和食を取り入れたり、食材の名前をあげる等していただければ、子供達も食への関心が高まるのではと考えています。
- ★ こども園での栄養目標に準じて、平均で
 以上児・・・約 580kcal
 未満児・・・約 500kcal
 を給食とおやつから摂取できる様にしています。年齢・成長に合わせて、栄養価等を見直しながら園に見合った食事内容を検討します。