



# 給食だより



## 2024年 4月

ご入園・ご進級おめでとうございます！

春の暖かな日差しを浴びながら、ドキドキワクワクの保育園生活がスタートしました！子どもたちにとっては新しい体験の連続に、緊張や戸惑いがあるかもしれませんが、変化を楽しみながら、毎日元気いっぱい過ごしてほしいものです。

給食室も気持ちを新たに、安心・安全でおいしい給食を子どもたちに提供していきたいと思ひます。一年間よろしくお願ひいたします。



## 保育園の給食紹介

当園の給食についてご紹介します

☆手作りを心掛けて…当園の給食は化学調味料や冷凍食品を使用せず、手作りを基本に作っています。旬の食材もふんだんに使い、おやつも手作りしています。

☆子どもの発達・成長に合わせて…離乳食、乳児食、幼児食それぞれに、子どもの成長や発達に合わせた食事を提供しています。また、アレルギーや小食、偏食の子どもには、楽しく食事ができるように、柔軟な対応や工夫をしています。

☆食育を通して生きる力を…食材を見たり触ったり、クッキング保育を行うだけでなく、食事の姿勢やマナー、食べ物に対する感謝の気持ち、行事食を通じた食文化への理解など、さまざまな視点から食育をおこなっています。

♡玄関ホールに当日の給食サンプル、産地情報、給食レシピ等を展示しています。子どもたちの食事や離乳食について、質問やご要望などがあれば、いつでも栄養士にお声がけください。



## さんいく保育園清澄白河

今月が旬の食材



毎月、旬の食材をご紹介します

### グリンピース

さやえんどうよりも生長したエンドウをむき実にして食べる「実えんどう」の一種です。食物繊維、ビタミンB、Cが豊富に含まれています。



### アスパラガス

名前の由来にもなっている「アスパラギン」は新陳代謝をよくして、疲労回復を促します。葉酸やビタミンKも多く、主に穂先の方に栄養が含まれています。



## 食育の風景

クラスで行われた食育活動をお伝えします。

3月は、はと組さんのリクエストメニュー月間でした。「今日はだれのリクエストメニュー？」と聞くと、すぐに「〇〇ちゃんと〇〇くんのだよ！」と教えてくれる子ども達。自分のリクエストだけでなく、お友だちのメニューもきちんと覚えていて、ビックリ！だれのリクエストも楽しみにしてくれていました。

食べるのが遅かった子も、苦手な食材が食べられなかった子も、卒園間際には、みんな見違えるように、パクパクと給食を食べてくれていました。みんなと食べることの楽しさだけでなく、食事のマナーや、生産者への感謝の気持ちなど、保育園の給食を通して自然と学んでくれたはと組の子ども達。小学校へ行っても、食を通して、生きる力を培ってくださることを願っています。

