



# 食育だより



多伎こども園 4月の食育だより

## 御入園・御進級おめでとうございます

新年度が始まりました！お部屋の移動や、新しい担任・お友達など新しい環境に慣れるのに精いっぱいだと思います。少しずつ園に慣れて食事の時間が楽しみになってほしいと思います。給食は好きな物だけではなく、食べ慣れていない物や苦手なものも出てきますが、調理法や雰囲気作りなど工夫しておいしく食べられるよう、子どもたちの「食べる力」を育てていきたいと思っています。

### ◆◆◆園の給食について◆◆◆

- 安全な食材、季節の旬の食材を使用していきます。
- だしは、かつお節、昆布、いりこで取り、自然なうまみも生かしていきます。
- 味付けは食材の持ち味を生かし、薄味で食べやすくしています。
- 「ふるさと食の日」…地産地消の食材を取り入れた献立で月1回あります。
- 「カミカミ&健康メニュー」…よく噛んで食べるよう咀嚼を意識した献立で月1回あります。  
この日は十六穀米のごはんを取り入れています。ビタミンやミネラルが豊富でよく噛んで味わうことで、体を内側から元気にしてくれます。(1歳半までのお子さんは白米の提供です。)
- 「青空給食」…給食を弁当箱に詰めて、普段とは違った場所や天気の日には屋外などで食べたりします。
- 3歳以上児クラス(ぱんだ組・きりん組・ぞう組)には骨のついた魚を提供しています。3歳未満児クラス(ひよこ組・こりす組・うさぎ組)には骨なしの魚を提供しています。
- 離乳食は中期食と後期食を提供しています。



### ★青空給食★

青空給食は、園外にでかけて食べたり、テラスでお日様を浴びながら食べたり、いつもと違った環境や雰囲気ですることが出来ます！

苦手なものにも挑戦できる不思議なパワーを持っています！お日様を浴びながら食べるお弁当は美味しさが増しますね！



空の弁当箱の大きさが小さいと、おにぎりが入らなくなるので、ぱんだ組以上は20cm×15cm程度、うさぎ組は15cm×10cm程度のものでお願いします。



### ★お弁当の日のお願い★

園では、月に1回お弁当の日があります(6月・7月・8月はありません)。近年、子どもの食べ物の窒息事故が増えています。園の給食では安心・安全に食べられるように、ミニトマトやぶどうなど球状の食材を提供する時は、3歳以上児クラスは1/2カット、3歳未満児クラスは1/4カット(3歳未満児のぶどうは皮なし)で提供しています。お弁当の日にも、ミニトマトやぶどうなどの丸いものはお子さんの年齢に合わせて、1/2カット、または1/4カットにして詰めて頂くようご協力をお願いします。