

食育だより

献立目標

※食べやすいメニューを取り入れる※
 ~♪~♪~♪~♪~♪~♪~

保育室より

朝ごはんは元気で楽しく活動するための"源"!
 ・朝ごはんは1日のウォーミングアップの時の大切な食事です。朝起きる時はエネルギー不足です。朝ごはんを食べると体温が上昇し、体も頭も働き始め、排便もスムーズになります。
 漬 兼 屋

- ♡ 新年度が始まりました。
- ♡ 園では子どもたちに安心・安全で
- ♡ 美味しい給食を楽しく食べてもらえる♡
- ♡ よう、調理室一同毎日心をこめて♡
- ♡ 作っています。♡

園の給食で心がけていること

- ◎ 和食中心の献立にする
- ◎ だしの味をきかせて薄味にする
- ◎ 積極的に行事食や旬の野菜を取り入れ、季節感を感じられるようにする
- ◎ 基本、水曜日はパンの日とし週2回程度は魚料理が提供できるようにする

今月はスナップえんどう、春キャベツ、アスパラガス、新じゃが芋、たけのこなど春の旬の食材が沢山登場します! 18日(木)のお誕生日メニューは煮込みハンバーグ、春野菜サラダなどです。

♪~♪~♪~♪~♪~♪~ お楽しみに! 文責: 藤平

食育目標	長期	・ご飯、汁物、おかずをバランスよく交互に食べようとする ・正しく椅子に座る	2歳	楽しい雰囲気の中で食事をする
	0歳	園の食事に慣れる	3歳	バイキングすることを喜び 楽しい雰囲気の中で食事をする
	1歳(一時保育)	園の食事に慣れ 手づかみやスプーンで食べようとしていたり、保育者に食べさせてもらう	4歳	友だちと一緒に 楽しい雰囲気の中で食事をする
	グループ	楽しい雰囲気の中で食事をする	5歳	・正しい姿勢で食べようとする ・新しい環境の中で 友だちと一緒に食事を楽しむ