

駒場認定こども園 2023年4月8日発行



ご入園・ご進級おめでとうございます。子どもたちは、これから始まる園生活に心を躍らせて いることでしょう。様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事に興味が持てるような環境 づくりに努めてまいりたいと思います。食育だよりでは、ご家庭にお伝えしたい「食」に関する 情報を発信していきますので、よろしくお願いします。



【献立について】

厚生労働省の食事摂取基準に基づき、栄養バ ランスを考慮したメニューを提供しています。 おやつは毎日手作りしています。

(希望保育など、園児の少ない時は市販のおや つが出る場合もあります。)

玄関にて使用食材の産地を掲示したり、給食 のサンプルを展示していますので、ぜひご覧く ださい。

【おとぶけ給食】

平成30年度から月に1回程度、音更町で生産 された農畜産物を取り入れた「おとぷけ給食」 を提供しています。

給食を通して、地元で様々な食材が作られて いること、美味しいものがたくさんあることを 子どもたちに知ってもらうための取り組みです。 食材はJAおとふけ、JA木野より提供してい ただいています。

【レシピ紹介】

給食メニューのレシピを、クックパッドにて公開しています。本園のホームページ よりご覧ください。また、玄関の展示横にもレシピを置いていますのでご自由にお持ち ください。



おやつは栄養を補うものを

子どもは1回に食べることができる量が少な いので、朝・届・夕の食事だけで十分に栄養を 摂ることが難しいです。そこで、足りない栄養 を補うために食べるのがおやつです。

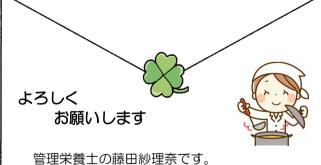
「第4の食事」とも考えることができますね。 適量は、1日に必要なエネルギーの約10% (100~150kcal) です。

「おやつ」=「お菓子」ではなく、果物や牛 乳・乳製品、いも類などを取り入れ、カルシウ ムやビタミンなどの栄養を摂れると良いですね。









給食は十分な衛生管理のもとで、お子様の成長 や健康のために栄養バランスを考えてつくって います。地場産物を活用した献立や、季節の行 事食などの他にも、イベントを企画しています ので楽しみにしていてください。

質問などあればお気軽にお声掛けください!