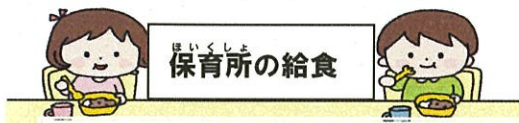


吹く風にも、春の香りが感じられるようになってきました。いよいよ新年度がスタートしました。子ども達は新しい環境の中で先生やお友達との生活がはじまり、楽しみながらも緊張した集団生活を毎日を送っていることでしょう。クラスのお友達・先生と食事をする雰囲気は安心して過ごせる場となるように見守りながら、すすめていきます。給食は少しでも早く慣れるように4月と5月は二週間のサイクルメニューを実施しています。給食についてわからないこと等は遠慮なくお尋ね下さい。



☆ **衛生第一** に調理しています。

☆ 厚生労働省からの『**保育所における食事提供ガイドライン**』を参考に、食事から摂取するエネルギーや栄養素が心と身体に健康な状態にできるように食育計画を作成し食事提供を行っています。

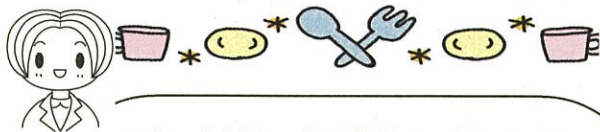
☆ **月齢に応じた離乳食**、**その日の体調**に合わせた食事を作っています。(食物アレルギー除去・代替食も対応しています。)

☆ **和食を中心**に、基本的に手作りで、家庭的で薄味に調理しています。(いりこ・昆布・かつおだしなど)

☆ 旬の野菜や果物を取り入れています。菜園活動で栽培した野菜も調理して食べます。

☆ **食事マナー**やよく噛んで食べる**習慣**を身につけます。(食器の配置・箸やスプーンの持ち方や姿勢など)

☆ 給食は**毎日サンプル**を展示しています。



子育て支援課 管理栄養士の佐々木和歌子です。調理員の先生方と一緒に子どもたちに“食べるのが大好き”になってもらえるような食事作りをしています。このおたよりを通して「食」に関する情報を伝えていきたいと思っています。給食メニューについての相談などいつでも気軽に声をかけ下さい。よろしくお祈りします。

## 朝食は必ず食べましょう!

体の小さな子ども達は1回の食事が食べられないとエネルギー不足で体温が低い状態のままです。脳や身体が目覚めず、ぼーっとしたり、いらいらしたりと元気に過ごせません。前日に食べる物を決めておいて、翌朝が楽しみになるように話しておくのもいいですね。『一緒に食べようね』『明日が楽しみね~』など食事が笑顔で出来るといいですね。