



給食たより

4月は爽やかな春の訪れと共に、みのり保育園でも入園や進級の時期を迎えます。新しい生活への期待や慣れない環境への不安など、子どもたちにとっても疲れの出やすい時期でもあります。まずは、生活のリズムを整え早く起きる・朝食をしっかりと摂るなどを続けると良いでしょう。

今年度もみのり保育園給食室は、子どもたちに寄り添いながら、子どもたちの健やかな心と体作りをサポートすべく給食作りをまいります。

給食たよりでは、給食室のおすすめレシピや旬の食材についてお話、子どもの食事についての困りごとや疑問についてのお話などを載せていきますので、毎月楽しみにしててください！

❖4月の行事と食育の活動❖



1日(月)：入園・進級の集い

ご入園・ご進級をお祝いして子どもたちに「ひよこ」のお菓子を送ります。
この日の給食は、桜・菜の花・鯖などの旬の食材を使用したお祝い給食です。



3日(水)：イースター礼拝

イースターとは、イエス・キリストの復活をお祝いするキリスト教のお祭りです。
3・4・5歳児のお友だちはエッグハント(お菓子ハント)を行います。
給食室からは、かわいい袋に入ったイースターエッグをプレゼントいたします。



16日(火)：幼児クラス/給食目標のお話

給食室では月ごとに給食目標を立てています。4月は『食事のあいさつ』についてです。
紙芝居を使って子どもたちに伝えます。

26日(金)：こどもの日行事食

こどもの日にちなんだ給食を作ります。お楽しみに！

- 野菜デー：4月は『菜の花』についてです。テーマの野菜の紹介とおすすめレシピを載せたプリントを、給食サンプルケースの横に用意しています。ぜひ手に取ってご覧ください。

❖今月の給食目標❖

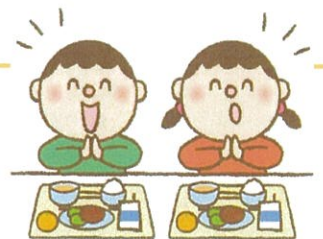
4月の給食目標は、

「元気よくいただきます”、”ごちそうさま”～食事の挨拶をしっかりとしよう～です。

みのり保育園で子どもたちに提供される給食には、保育園の職員だけでなく食材を届けてくれる地域の方々も関わってくれています。食事のあいさつには、食材やそれを運んでくれる人・食事を作ってくれている人などに向けての感謝の気持ちが込められています。

4月は新しい環境に戸惑い、食事が普段のように進まないこともあります。まずは、元気に「いただきます」から始めましょう。お友達と一緒に楽しく食事をするための第一歩です。

❖令和4年度 給食目標と年齢別給食栄養量❖



《給食目標》 楽しく食べて食を営む力を育てる

- 0歳児…月齢に応じて、初期食・中期食・後期食・移行食を提供します。
離乳食各期に応じた硬さ、大きさ、味付けに配慮するとともに、手づかみたべを取り入れて手指の発達を促します。
- 1歳児…朝おやつ(牛乳と果物)・昼食・午後おやつを提供致します。
食具はスプーン、フォークを使用します。
消化の悪いもの、咀嚼の難しいものは与えないようにします。
- 2歳児…朝おやつ(牛乳)、昼食、午後おやつを提供致します。
スプーン、フォークを下持ちで使用できるようになり、自食が上手になる時期です。
- 3・4・5歳児…昼食・午後おやつを提供致します。
料理に合わせてお箸、スプーン、フォークを適時に使用します。
野菜の栽培や調理保育等の食体験を通して、食べ物や食事への関心を高めます。

《目標栄養量》

- 0/1/2歳児 ・エネルギー：520kcal ・総脂質エネルギー比：15% ・タンパク質：19.5g
- 3/4/5歳児 ・エネルギー：540kcal ・総脂質エネルギー比：15% ・タンパク質：20.3g