



# 食育だより

令和 3 年 4 月号

(作成者) 栄養士 野原正子

## ご入園・ご進級 おめでとうございます！！

子どもたちは、新しいクラスにワクワク、ドキドキですね。

園での盛りだくさんの保育内容には、食に関する事もいっぱいあります。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環境作りを整えていきます。ご家庭では早寝早起き、朝ごはんをきちんととるなど、生活リズムを整えていきましょう。



### 給食の内容

- ★ 離乳食 (3~4 段階)
- ★ 幼児食
- ★ アレルギー対応食
- ★ 午前のおやつ
- ★ 午後のおやつ
- ※ 行事食

♡ 子ども達への愛情はもちろん、子ども達の口にはいるものを作るという重要な役割を常に責任をもって取り組みたいと思います。

**こだわり① 基本の主食はご飯**

琉球料理  
和食・中華  
洋食  
行事食

**こだわり② 旬のものを使う**

その季節に必要な栄養素は旬の食材に含まれます。

春 夏 秋 冬

**こだわり③ 安心・安全**

中身のわかる安心  
食材選び 衛生的な調理  
地元産優先

**こだわり④ うす味**

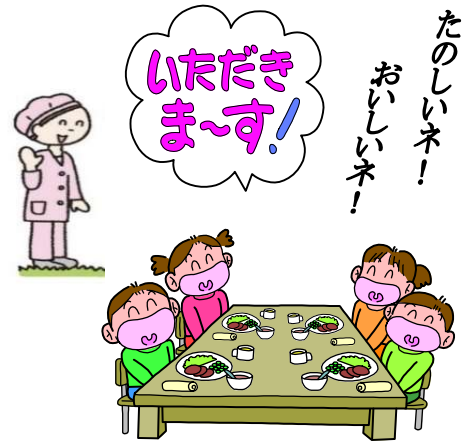
素材の味を見分ける力が  
良い物を選ぶ知恵に…

**こだわり⑤ 栄養バランス**

いろいろな物を  
まんべんなく  
食べる。

**こだわり⑥ 愛情たっぷり**

ひとつひとつの  
食材を選ぶところ  
から洗って切って  
料理まで、愛情  
こめて作って  
います。



## 安全・安心な給食が最優先！！

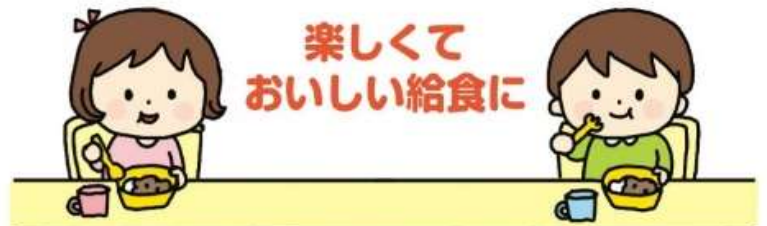
### ◆◆ 保護者の皆様！ ご存じでしたか？

保育所（園）・こども園の給食を実施する上で、多くのガイドライン・マニュアルがあるのです。

(主なもの)

- ★ 授乳・離乳の支援ガイド (2019)
- ★ 保育所におけるアレルギー対応ガイドライン (2019)
- ★ 教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時のためのガイドライン
- ★ 大量調理施設衛生管理マニュアル (HCCAP)
- ★ 異物混入対応マニュアル

♡ 給食について気になることは、お気軽にお問合せください。食の情報、人気レシピの紹介などお伝えしていきます。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。(給食室一同)



子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

**こだわりポイント**

- ① 旬の食材を使う
- ② 添加物や農薬に気をつけて食材を選ぶ
- ③ だしから、すべて手作りにする
- ④ 硬さや大きさなど年齢に合った食材の形状にする