



令和3年4月16日
ふたば保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。

園での生活は、新しい先生やお友達との出会い、みんなと一緒に食べる給食など、新しい体験の連続です。4月は、環境の変化から、疲れがたまりやすい時期でもあります。しっかり食べて、たっぷり睡眠をとって、元気に登園しましょう。

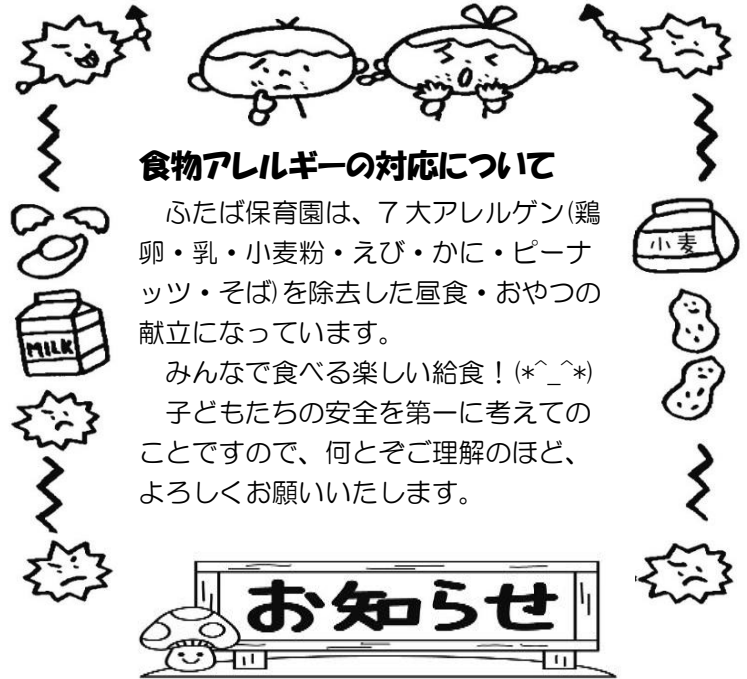


●和食中心の献立

- 国産にこだわった食材や、畑で収穫した野菜を使い旬の食材を取り入れた献立にしています。
 - ごまやひじき、切干大根、高野豆腐を使った煮物や野菜の和え物など、昔から食べられている日本の料理を大切にしています。
 - ごはんは白米2に対し玄米1の割合で炊き合わせています。炊きたての温かいごはんをだしています。
 - 汁のだしは『栄養だし』といって、鰯節・本鰹節・宗田鰹節の粉末で『食べるだし』として、味噌汁や清し汁の他、煮物や手作りふりかけの材料としても使っています。
 - 味噌は職員や年長児と一緒に手作り味噌を作り、栄養だしで無添加の美味しい味噌汁をだしています。
 - 納豆を週一回、しらす干し・青のり・季節の緑黄色野菜、栄養だしを混ぜて副菜の一品としてだしています。
- ★和食中心の献立はアレルギーの心配もなく食べることができます。

●基本は腹持ちのよいおやつ

- 最近の子どもたちは、おやつから夕食までの時間が長いことを考慮し、おやつにボリュームを持たせるよう、腹もちのよいもの（穀類やいも類など）をおやつに取り入れています。
- おにぎりのバリエーションが多いですが、おにぎりのサイドメニューで減塩の無添加煮干しを炒って出しています。（離乳を完了した園児から食べることができます。）



食物アレルギーの対応について

ふたば保育園は、7大アレルゲン(鶏卵・乳・小麦粉・えび・かに・ピーナッツ・そば)を除去した昼食・おやつのお献立になっています。

みんなで食べる楽しい給食! (*^_^*)
子どもたちの安全を第一に考えることですので、何とぞご理解のほど、よろしくお願いいたします。

- その日の給食は玄関前に写真展示をしています。
 - 食器は陶器である程度の重みがあることと、持ち手のないことで、両肘をしっかりと上げて両手で持つことができるようになります。これは、スプーンに乗せた食べ物をこぼさずに口に入れることへつながっていきます。また、食器を大切に扱うようになり食事のマナーを培います。
 - 1,2歳児クラスは、担任が一人一人の食べ具合をみながら盛り付けをするようにしています。特にこの時期は、個人差が大きいので完食できる量にしています。
 - 3歳以上児クラスは、自分で食べられる量を担任が盛り付けるようにしています。自分で全部食べられたという満足感をもつことで、食べる意欲につながっていきます。
 - ふたば保育園のホームページに毎日の献立と人気のおかずやおやつレシピをのせているので、ご覧ください。
- 4月から、管理栄養士として入りました藤澤萌夏と申します。毎日、美味しい給食お届けできるよう努めたいと思いますのでよろしくお願い致します。



