



給食だより 4月

木花こども園



H31.4.1.

子どもたちは入園、進級と新しい環境の中で園生活がスタートしました。新しい体験の一つに給食があります。乳幼児期は食生活の基本を身につける大切な時期ですので、毎日の食事を楽しみながら子ども達が少しずつ成長できるよう一緒に見守って行きましょう。



0歳児の離乳食

「授乳・離乳の支援ガイド」（国の指針）に基づいてひとりひとりの成長に合わせて個別に対応します。

3～5歳児の給食

副食（おかず）と午後のおやつを園で準備します。主食（ごはん 110g程度）は家庭で準備します。1日の栄養量の45%程度を目標としています。

1～2歳児の給食

主食（ごはん等）、副食（おかず）、午前と午後のおやつを園で用意します。1日の栄養量の50%程度をとることを目標としています。



食物アレルギーについて

医師の診断及び指示に基づいて個別に対応しています。

「食育」を家庭と園を結ぶ「育ち」の懸け橋として、協力しながら進めていきましょう。

0歳児・・・食べることに慣れる

色々な食べものを見る、触る、噛んで味わうなどの経験を通して食べるようになります。

1歳児・・・よくかんで食べる

徐々に園での生活に慣れ、安心して食べられるようになります。

2歳児・・・きちんと食べる

生活習慣の基礎が身につくようになり、朝・昼・晩の食事に2回の間食で食べるリズムを身に付けます。

3歳児・・・何でも食べる

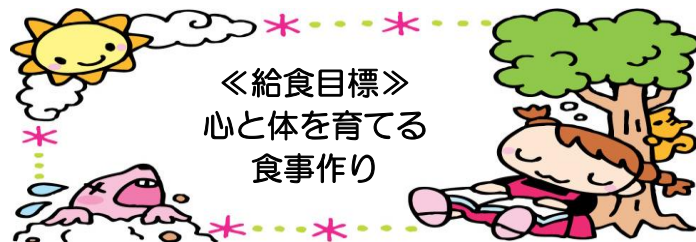
保育者や友達とのふれあいの中で、何でも食べることの大切さを学びます。

4歳児・・・楽しく食べる

食事のマナーを身につけ、友達や保育者と共に食べる楽しさを感じるようになります。

5歳児・・・みんなで食べる

年長児になった自覚を持ち、食事作りや準備に給食の尊さを実感するようになります。

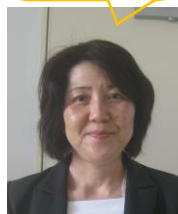


パンプキンマフィン 4人分(5、19日のおやつ)

- ① 南瓜 50g 程度を加熱後粗くつぶす
- ② 小麦粉 60g、B.P 小さじ 2/1 を合わせてふるっておく。
- ③ 砂糖 30g、溶かしバター 30g、ケーキシロップ 15g、卵 1.5 個、①、②の順に入れ、その都度混ぜ合わせる。型に入れ、190～180 度で 10 分焼く。

給食室

新しい先生
こうづま
えいこ



すえひろ みほ・くしま ゆみ・ながとも さだこ・むらおか みつみ よろしくお願ひします！