



# おひさま通信



令和 7 年 4 月 1 日

こぼうしこども園

## 食育目標：「食べるの大好き」

○食材に触れる ○食事のマナーを身につける

○食べる楽しさや大切さを知る ○感謝する心をもつ



ご入園・ご進級おめでとうございます。

暖かい春の風とともに、新しい年度がスタートしました。みんなの顔もちよっぴりお兄さん、お姉さんになったような気がします。今年度も子ども達の健やかな発達を願い、バランスのとれた食事をつくっていきたいと思います。子ども達が集団の中で一緒に食べる楽しさや、健康な体をつくるために正しい食事のとり方を、毎日の給食を通して学びたいと思います。今年も1年間、楽しい昼食やおやつの時間となるように、おいしい給食をつくっていきたいと思いますので、ご家庭でのご協力もよろしくお願い致します。

## ～こんなことしているよ～

こぼうしこども園では、年間目標を「食べるの大好き」とし、食材を見て触れて・匂いをかいで・味わって、食べ物のお話をきいたり、子ども達の五感に訴える食育活動を行っています。月齢に合わせたクッキング活動など、楽しくおいしい食体験がたくさんあります。

### ～献立は～

- ・毎日愛情いっぱい、**季節の野菜を取り入れ手作りを基本**としています。
- ・米・味噌は無農薬、無添加のもの。
- ・塩・砂糖も無添加のものを使用しています。
- ・毎日の昼食はもちろんのこと、**手作りおやつ・手作りパンも子ども達の楽しみの1つ**です。
- ・会津の食文化を伝える郷土食を取り入れてます。
- ・アレルギー除去食等の対応をしています。



### ～離乳食は～

- ・離乳食のだしは、**昆布と季節の野菜のうまみたっぷりの野菜だし**を基本に、月齢にあわせて**かつおだし**を使用しています。
- ・一人一人の発達に合わせて**素材や大きさ、やわらかさを変えています**。
- ・離乳食の進行に合わせてお家の方とお話をする時間を作っています。その際はご協力をよろしくお願ひします。
- ・赤ちゃんは初めて口にする食材ばかりです。**たんぱく質を多く含む食材は、お家で食べて様子を見てから園でも取り入れるようにしています**。



## ～園の給食について～



### ～園給食の栄養量は？～

★ 1～2歳児 **完全給食** (午前おやつ・昼食・午後おやつ)

1日に必要な栄養量の**50%**を**昼食とおやつ**で摂ります。



★ 3～5歳児 **副食給食** (昼食・主菜+副菜+汁物+果物・午後おやつ)

【主食としてご飯を家庭より110g持参した場合】

1日に必要な栄養量の**40%**を**昼食とおやつ**で摂ります。

幼児期は発育の盛んな時期であり、食習慣のつくられる大切な時期でもあります。お子さんの健やかな成長を願って、よりよい食環境をご家庭と一緒に作っていただくと考えております。

### 昨年度の食育活動☆



クッキング活動☆

### 野菜と親しむ☆



### ☆給食室からのおわがい☆

毎月第一月曜日は幼児組(そら・つき・ほし)の愛情弁当の日になります。(月によって変更することもあります。献立表をご確認ください。)子ども達が月に一回楽しみにしているお弁当の日です。ご協力お願いします。その際に、お弁当に「ミニトマト」「枝豆」等の球体の食べ物は、誤飲の恐れがある為持ってこないようにお願いします。また、ピックなども危険防止のため入れてこないようにお願い致します。

