

4月 食育通信

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい環境での生活が始まりました。毎日の給食を楽しみにしていただけるように、安全で美味しい給食作りに努めてまいります。どうぞ宜しくお願いいたします。



園の給食で使われるお出汁をご紹介します。

お出汁は毎回手作りしています。

- すまし汁→昆布・けずりぶし
- 味噌汁→けずりぶし

手間をかけて作るだけに、自然の食材からとったお出汁はやさしい味です。煮物用はその日の汁物と同じお出汁を使用しています。



★3月の実施栄養量

乳児(赤) 幼児(青) おやつなし

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	食物繊維	食塩
485kcal	17.1g	12.6g	204mg	2.4mg	3.5g	1.7g
407kcal	15.4g	9.2g	88mg	2.0mg	3.6g	1.8g

★4月の予定栄養量

乳児(赤) 幼児(青) おやつなし 幼児(緑) おやつあり

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	食物繊維	食塩
489kcal	18.1g	15.8g	171mg	2.1mg	3.0g	1.6g
422kcal	17.4g	13.2g	86mg	1.7mg	3.0g	1.7g
581kcal	21.9g	18.7g	190mg	2.5mg	3.7g	2.0g

給食室の取り組み

行事食

子どもの日・七夕・クリスマス・お正月・節分・ひな祭りなど季節感が感じられる献立を取り入れています。



子どもの日



七夕



クリスマス



お正月



節分

黒米や発芽玄米、麦ごはん

園では月に1回程度、不足しがちな食物繊維やビタミン、ミネラルを補う為、主食を黒米や発芽玄米、麦ごはんにしています。



黒米

リクエスト給食

給食のお楽しみとして、リクエスト給食を実施しています。

昨年度はミートスパゲッティやハンバーガー、チキンナゲット等、クラス毎にリクエストしてくれました。



ミートスパゲッティ



ハンバーガー



チキンナゲット

お誕生日会

お誕生日会の日に毎月手作りのおやつを提供しています。子どもたちはとても楽しみにしてくれています。



桜のマドレーヌ(4月)



かたつむりクッキー(6月)



スイートポテト(11月)