



2020年 4月

大宮まぶね保育園

06-6955-4571

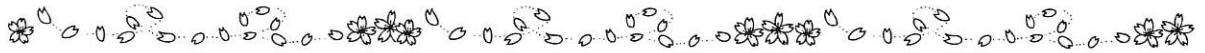
携帯 080-4249-5006



## 入園・進級おめでとうございます

いよいよ、新年度が始まります！子どもたちは、これから園で出会うお友だちや先生に、胸をときめかせていることでしょう。また初めての集団生活や進級で緊張や不安もあると思います。給食室では、そんな子どもたちが楽しい時間を過ごせるように愛情をたっぷりこめて、安心安全な給食・手作りおやつを提供していきます(^^)

1年間よろしくお願い致します。



### ～保育園での食育～



園では、給食のおかずやおやつを子どもたちと一緒に作っています(クッキング)。普段食べている給食がどんな過程を経て作られているのかを知って、お友だちと作る楽しさや食への興味を持ってもらえるようにしています。また菜園活動を通して野菜や果物がどのように育っていくのか、それらがどんな食べ物になるのかを楽しく学んでいます。

🍎・🍌・🍇・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓

### 保育園給食の工夫

- ・加熱調理で食中毒を予防！  
保育園給食では、生野菜はどんな献立の場合にも出しません。すべての野菜には、焼く・煮る・蒸すなど火を通してしています。
- ・給食は薄味を心がけています！  
園児が濃い味に慣れないよう、また食材自体のもつおいしさを味わってもらうために、料理は薄味を心がけています。



### ☆給食・おやつを展示しています☆

子どもたちがその日に食べた給食やおやつを事務所前に展示しています。献立表だけでは、どのようなものか想像しにくいものもあると思いますし、どのような切り方で分量はどのくらいなども、実際に展示をお迎えの際にぜひご覧ください。展示は、3歳児の一食分の量です。

また、気になる点、気になるレシピなどありましたらお気軽に尋ねてください。

### 朝ごはんを食べましょう！

子どもたちは、登園してから園庭で遊ぶことが多いです。大人よりもたくさんエネルギーを使って遊んでいます。まだまだ肌寒さが残っていますが、これから暖かくなってくるとさらにエネルギーを使います。

朝ごはンは、子どもたちが食べやすいものにしてください。

おにぎり・トーストなどのパン・ヨーグルト・バナナやオレンジなどの果物・みそ汁などの汁物を組み合わせると良いですね。少しお腹に入れることが大切なので、果物だけでもおにぎりだけでも大丈夫です。朝ごはんを食べて、元気に登園してきてくださいね☆