

4月 給食だよ

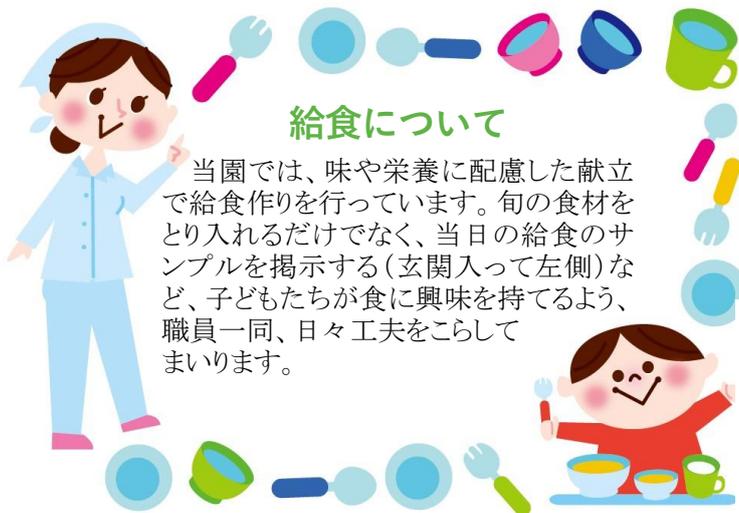
大宮みちのこ保育園

❀ ご入園・ご進級おめでとうございます ❀

暖かい日が少しずつ増えてだんだんと春らしくなってきました。この1年も子どもたちが様々なことを経験して心も体も大きくなってほしいと願っております。環境が変わり、体調を崩しやすい時期です。食事や睡眠を大切に、生活のリズムを整えましょう。元気いっぱいの子どもたちの姿をパワーに今年度も美味しい給食を提供できるように頑張りますので、給食室一同宜しく願います。

～大宮みちのこ保育園の給食について～

- ★自園調理の完全給食を実施しています。
おやつも毎日手作りです。
- ★食べ物の持ち味を活かしたうす味です。
- ★旬の食材を取り入れた、季節感のある献立を心掛けています。
- ★ごはんが中心の和風献立がメインです。
- ★安全を考慮して果物以外は全て加熱し
生野菜は出しておりません。
- ★お誕生日会の日はお赤飯を提供しています。
- ★主食、主菜、副菜、汁物の形態を基本としています。



給食について

当園では、味や栄養に配慮した献立で給食作りを行っています。旬の食材をとり入れるだけでなく、当日の給食のサンプルを掲示する(玄関入って左側)など、子どもたちが食に興味を持てるよう、職員一同、日々工夫をこらしてまいります。

旬の食材を大切にします

よりおいしい給食を作るため、旬の食材を積極的に使用しています。旬の食材は子どもたちにとって必要な栄養素をたっぷり含んでいます。調理法に工夫をこらしていますが、同じ食材の献立が続くこともあります。ご理解のうえ、ご了承ください。

保育所での食事に慣れるために

初めのうちは、子どもたちも新しい環境のなかで過ごすことに、不安や緊張を覚えていることと思います。どんな人がどんな場所で給食を作っているのかを知ることは、安心につながりますので、ご家庭でも話題にしてみてください。また、みんなで食事することの楽しさに気づけるように、保育者や調理担当者が協力して進めていきたいと思っております。

朝ごはんを食べましょう

- 朝食は、体にプラスなことばかりです。
- 体温を上げることで体が活動的に。
- 血糖値を上げて脳にエネルギーを。
- 噛むことで、脳が目覚める。
- 1日の食品数が増える。
- 胃腸が活発になり、便秘解消に。

