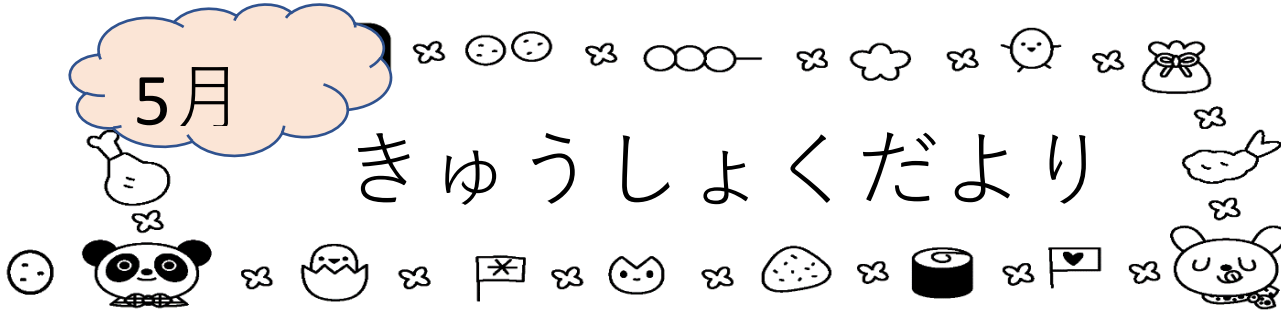


2022年5月19日

給食室

5月

きゅうしょくだより



「夏も近づく八十八夜」というように、新緑がまぶしい新茶の季節です。給食では、お茶を使ったごはんやおやつを提供します。また、今年度もマリア組さん対象のお茶の入れ方教室を秋頃に計画しています。楽しみにしててくださいね。

5月とはいえ、夏並みの気温まで上がることもあり、汗ばむくらいです。こまめに水分をとり、体調を崩さないようにしましょう。

保育園の給食について

保育園の給食では、子ども達の健やかな成長のため、栄養素バランスや食材の旬、子どもの発達を考慮した献立を衛生的に調理するように心がけています。

保育園で提供する給食の栄養供給量は下記の通りです。

《1～2歳児の給食》

午前のおやつ+昼食+午後のおやつ
一日に必要な栄養素の50%を提供

食べ物について話すことも食育のひとつです。

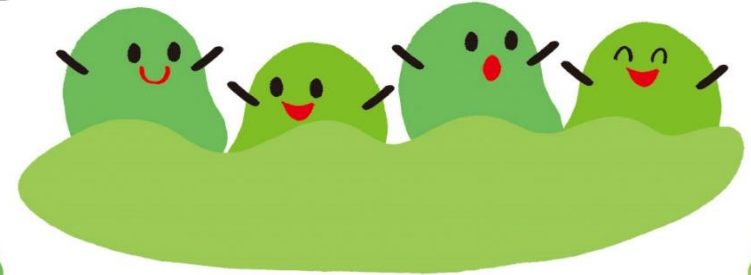
その日の給食は献立表のほか、ホームページでもご覧いただくことができます。ぜひ、写真を見ながら、「今日の給食はどうだった？何を食べた？」と聞いて会話を楽しんでください。

《3～5歳児の給食》

昼食(おかずのみ)+午後のおやつ

持参していただくごはんの栄養素を含み、
一日に必要な栄養素の45%を提供
(持参するごはんの目安は110g)

ソラマメおいしいね



これから初夏に向けてのみ出回る旬のソラマメ。毎年、子ども達がさやむきのお手伝いをしてくれます。絵本『ソラマメくんのベッド』を読んだ後にさやむきスタートです。さやから豆を取り出すのに格闘する子ども達。割ってみるとさやの中はフワフワのわたのように柔らかくて感動です。少しクセがあって苦手な子もいるのでポテトサラダに入れました。亜鉛とビタミンB2に富んだ5月の味覚です。



