



給食だより 4月号

入園・進級おめでとうございます。

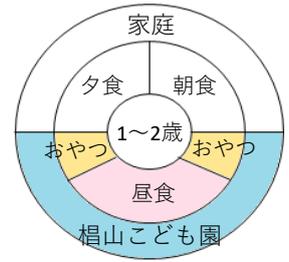
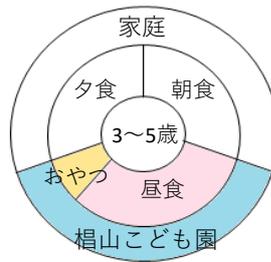
新しい環境での生活が始まり、子どもたちは不安や緊張でいっぱいの毎日だと思います。新しく入園する子どもにとっては、初めての給食も始まります。

こども園では、友達と楽しく食事をするを通して、成長・健康づくりに必要な栄養素を摂るだけでなく、いろいろな食品の味・食感を体験し、望ましい食習慣を身につけていきます。

椋山こども園での給与栄養量の目安

椋山こども園の食事では、1日に必要な栄養素のうち、

3歳未満児ではおよそ50%
3歳以上児ではおよそ45%



が摂取できることを目安にしています。

献立は基本的には毎月2週間サイクルです。

子どもたちが食べ慣れない献立や見慣れない食材は

なかなか手が出ませんが、繰り返すことで食材や味に慣れて食べられるよう促すためです。

給食のおいしさ

- ① バランスの良いおいしさ
- ② 旬の食材のおいしさ
- ③ 年齢に合わせたおいしさ
- ④ 毎日できたてのおいしさ
- ⑤ 空腹で食べるおいしさ
- ⑥ 安心・安全なおいしさ
- ⑦ 感謝する気持ちから生まれるおいしさ

椋山こども園では、毎日の給食を「食育の教材」として位置づけ、丁寧な食事支援を行ってまいります。



第一玄関壁に毎日の給食の写真を掲示しています。子どもたちに「今日は何を食べた?」「おいしかった?」と声をかけてあげることで、食への関心が高まります。

ぜひ、お迎えの際にご覧ください。

また、子どもたちに人気の給食レシピを毎月の給食だよりに載せていきます。

《ココア蒸しパン》



【材料】 (幼児1人分)

◆小麦粉	20g
◆ベーキングパウダー	0.6g
◆ココア	1.2g
◆砂糖	10g
◆油	2g
◆水	20g

【作り方】

- ① 小麦粉・ベーキングパウダー・ココア・砂糖を合わせてふるっておく。
- ② ①に水・油を加え、さっくりと混ぜる。
- ③ ②を型に流し入れ、15分程度強火で蒸す。

※加える水の量は生地のかたさをみて調整する。