



ご入園・ご進級おめでとうございます。保育園の給食では、成長に必要な栄養素を満たすことはもちろん、友たちと同じものを食べ、「おいしい」や「たのしい」の気持ちを育む、食育にも力を入れています。

1年間ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

☆保育園の給食について

○保育園の給食は、3歳以上児で1日に必要な栄養素（カロリーやビタミン・ミネラル類など）の45%を、3歳未満児で50%を習慣的に満たせるように献立作成を行っております。

○昼食時、水筒のお茶が必要になります。もも〜きく組は毎日忘れずに持たせてください。

○はと〜ゆり組の朝おやつは、お菓子・フルーツ・チーズ・食パンのいずれかです。

その日の献立に合わせて提供しております。飲みものは、むぎ茶または牛乳です。

○通院などで遅刻する場合12時30分以降は衛生上、給食は処分しますのでご理解の程お願いします。

○アレルギー体質のお子さんは、給食個別対応届出書を準備しております。かかりつけの病院で記入してもらい担任を通して給食室までご連絡くださるようお願いいたします。子どもたちの安全性を第一に考えることからアレルギー食は完全除去対応をしております。例えば、卵アレルギーであればオムレツやかきたま汁などの卵そのものを使用する料理、ハンバーグやクッキー・ケーキなどの卵つなぎ料理、マヨネーズやウインナー・ベーコンなどの加工食品も除去対象といたします。また、除去した場合でも、習慣的に栄養を満たすことを考え、他のたんぱく質源を使用した料理を提供できるよう献立に工夫をします。

○右の献立表には、毎日の給食やおやつを記載しております。献立の後ろの（ ）内には、使用しているアレルギーを表示しております。

○離乳食段階のお子さんは離乳食の食材表・成長別調理形態表を準備しております。ご家庭で食べている食材や固さ・大きさの進み具合を記入してください。毎月の提出のご協力をよろしくお願いします。

○給食は、野田佐緒里、大橋佳奈で作っております。

☆よく「味わって」食べていますか

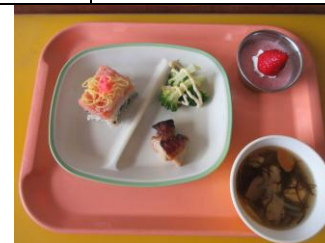
皆さんはどんな味が好きですか。食べたときに感じる味は「甘味・塩味・酸味・苦味・うま味」という5つの基本味に分けられ、料理はこの組み合わせによって、さまざまな味わいが生み出されています。また、おいしさを感じるのは、味だけではなく、料理の見た目、噛んだ時の音や噛みごたえ、口に入れた時の温度など、さまざまなことが関係しています。食事のときは、それらを意識して、よく味わって食べましょう。

ご家庭でも「かぼちゃは甘くておいしいね」や「きゅうりがポリポリするね」などの声かけを行うこともおすすめです。食卓で食べ物のことを話題にし、食べ物に対する興味や関心を引き出してあげましょう。

○5つの基本味と代表的な食べ物

・甘味…砂糖やはちみつ ・塩味…塩 ・酸味…酢やレモン ・苦味…コーヒーやゴーヤ ・うま味…だし

	お給食	おやつ
1(火)	入園式	祝菓子
○2(水)	カレーライス・ごまドレサラダ(卵・魚)・フルーツ	りんごゼリー
○3(木)	麻婆豆腐・ビーフンサラダ(卵)・ミニゼリー	マヨネーズトースト(卵)
○4(金)	焼き魚(魚)・昆布和え・玉子スープ(卵)	きなこバナナ
5(土)	きつねうどん(卵・魚)・粉ふき芋・フルーツ	おかし(卵)
7(月)	煮魚(魚)・切干大根の変わり和え(魚)・じゃが芋のみそ汁	黒糖蒸しパン(卵)
8(火)	肉じゃが・ほうれん草のいそ和え・チーズ	フルーツ
9(水)	歓迎給食会(わかめごはん・コンブフレークチキン(卵)・マカロニサラダ(卵・魚)・枝豆・コンソメスープ)	ジャムサンド
10(木)	チャプチェ・ブロッコリーおかか和え(魚)・かきたま汁(卵・魚)	さくさくクッキー
11(金)	魚のかば焼き風(魚)・ひじきの中華風サラダ・もずくスープ(卵・魚)	チョコチップパウンドケーキ(卵)
12(土)	パン(卵)・牛乳・マヨネーズフィッシュ(卵・魚)・コンソメスープ・フルーツ	おかし
14(月)	じゃが芋のそぼろ煮・きんぴらごぼう・フルーツ	野菜ジュース蒸しパン(卵)
15(火)	魚のオーロラソース焼き(卵・魚)・玉子サラダ(卵)・豆乳スープ	フルーツ
○16(水)	マカロニグラタン・ツナサラダ(卵・魚)・切干大根スープ(卵)	かみなり揚げ
17(木)	さばのみそ煮(魚)・のり和え・ニラ玉スープ(卵)	きなこトースト
○18(金)	ポークビーンズ・スパゲティサラダ(卵・魚)・フルーツ	豆乳ココアプリン
19(土)	焼きそば(魚)・かぼちゃの甘煮・フルーツ	おかし
21(月)	タンドリーチキン・ブロッコリー(卵)・もずくのかきたま汁(卵)	ココアケーキ(卵)
22(火)	すきやき風煮・ごま和え(魚)・チーズ	フルーツ
○23(水)	干草焼き(卵)・コーンとわかめの酢の物・すまし汁	カルピスゼリー
24(木)	さばのごまソースかけ(魚)・おかか和え(魚)・豚汁	ミルククッキー
○25(金)	クリームシチュー・ひじきサラダ(卵)・フルーツ	ラスク
26(土)	ミートソーススパゲティ・フライドポテト・フルーツ	おかし(卵)
○28(月)	魚のステーキ(魚)・春雨サラダ(卵)・さといものみそ汁	ぶどうゼリー
29(火)	昭和の日	
30(水)	豚肉のしょうが焼き・切干大根のサラダ(卵・魚)・もずくスープ(卵・魚)	バナナケーキ(卵)



★3時のおやつの際の飲み物は牛乳・お茶です。
★都合により献立が変更する場合があります。
★献立表の黄色マーカーは魚と卵のアレルギー表示です。アレルギー児は、除去食または代替食で対応しております。

3月3日ひなまつり行事食

○の付いている日はスプーンをお願いします。