4月 給食だより

担当：佐藤（もんもん）

ご入園・ご進級おめでとうございます！

今年度も給食を通して、子どもたちみんなの笑顔が見られるように栄養士・調理員一同安全と衛生管理に気をつけて頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。

もんもん保育園の給食について

給食への配慮

- なるべく多くの種類の食材を使って栄養のバランスを考えています。（20 品目位は摂れる様に献立を考えています）
- 家庭の食事に近づけるように、食器は強化磁器のものを使用しています。
- 食材はなるべく無農薬・無添加の物を使用し、旬の野菜を沢山取り入れた献立を考えています。
- 肉類中心ではなく、魚や豆類を積極的に取り入れています。
- 子供の正常な味覚形成のために塩分や糖分を控えめにし、素材味を活かしたうす味を心掛けています。
- 心の栄養として毎食デザートをつけています。（主に旬の果物）

おやつについて

保育園では栄養を考慮して、手作りおやつを作るよう心掛けています。子供の胃は小さく 3 回の食事では栄養をとりきれないので４回目の食事として考えています。
もんもん保育園では甘いものだけでなく、いりこやおにぎりなど不足しがちな栄養を補える物、噛む力を育てるものを積極的に取り入れています。
また、園での手作りヨーグルトを使用した「ドリンクヨーグルト」も飲み物として提供しています。

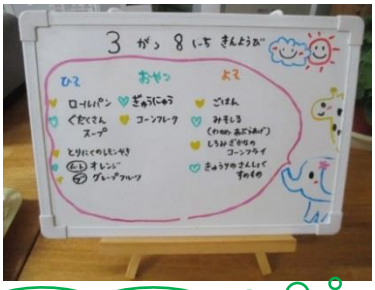
☆レシピ（乳児１人分）☆

- プレーンヨーグルト…60g（大さじ）
- 砂糖…3ｇ（小さじ１）
- 牛乳…60ｇ（大さじ４）

①ヨーグルトに砂糖を入れ、なめらかになるまで混ぜる。
②さらに牛乳を入れて混ぜる。

バイキング式給食（幼児）

昨年度より、幼児クラスは昼食を自分たちで盛り付けるバイキング形式を取り入れています。自分の食べられる量を考え「苦手な物は少しだけ頑張って食べよう」など、子どもたちの食べる意欲を尊重しています。
バイキング形式を取り入れてから給食の残菜も減りました！



ロビーにある展示食、メニューボードもぜひご覧ください！