



給食室 栄養士（今村・山下）調理師（福島・中嶋・古賀・境・妃華）

ご入園・ご進級おめでとうございます。

春らしい陽気になり新年度がスタートしました。

保育園生活のなかで、給食やおやつの時間が「たのしみ♡」に元気に登園できますよう、旬の食材を豊富に使った安全安心でおいしい給食を提供し、様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事に興味が持てるような環境作りを心掛けていきたいと思えます。このおたよりでは、食に関する様々な情報をお知らせしていきますので、ご家庭での食生活にお役立てください。1年間よろしくお願ひいたします。

○準備していただくもの



江上保育園では、完全給食を提供しています。（主食・主菜・副菜・汁ものなど）

もも・さくら・きくぐみは、毎日コップとおはしの準備をお願いします。

また、献立表に♡のマークがついている日は、スプーンの準備をして頂きますようお願いいたします。

ひな・ひばり1・ひばり2くみは、年齢に応じてクラスの先生から連絡がありますので、お願いします。

○食物アレルギー対応食について

食物アレルギーのあるお子様には かかりつけ医師の指示のもと 対応食を提供します。

クラスの先生か給食室の方へ 必ずご連絡ください。

提出書類をお渡しします。



○ヘルシーメニュー

私たち日本人の食文化である「ごはん」は、成長期の子供たちにとって大切な主食です。月に一度炊きたてのご飯をメインに！！ おかずはあえて質素にし「だし」のきいた味噌汁と子供たちが自分たちで作る梅干しをメニューにとりいれています。ごはんをしっかりと噛みしめて 味わってほしいと思っています。

食に関する様々な話や体験を通して 年齢に応じて子供たちと一緒に学び

楽しく日本の伝統行事や食文化を伝えていきます。



○旬の食材

旬の食材は、季節を感じる感性を育み 栄養的にも優れています。子供たちに 旬の食材をしっかりと伝えていきたいと思っています。未体験の食材は「園で初めて食べる」ということが無いように ご家庭にて体験して頂きますようによろしくお願ひいたします。

4月 菜の花 たけのこ アスパラガス かぶ グリーンピース 生椎茸 空豆 たけのこ やまいも ふき せり
三つ葉 ごぼう キャベツ きくらげ たまねぎ ニラ パセリ レタス スナップエンドウ 絹さや
いちご あさり さわら しらす イカ ひじき ワカメなど

「はやね・はやおき・あさごはん」元気に一日を過ごすために、あさごはんは重要です。

生活リズムを整えることで、元気な一日をスタートできます。

