

# きゅうしよくだより

4月号

～あおぞら保育園～  
2019. 4. 1



今月の目標  
新しいクラスでの食事に慣れましょう。

暖かい日が少しずつ増え、春らしくなってきました。新しいお友だちを迎え、新年度のスタートです。

給食室も、子どもたちの様子を伺いながら、安全でおいしい給食づくりを心掛けていきます。楽しい食事や、様々な食に関する体験を通じて、食への興味が持てるような環境づくりをしたいと思います。

## 給食の様子

### ※バイキング給食※

幼児クラスでバイキング給食を行いました。いつもよりも品数が多く、見た目も豪華です！自分たちで食べられる分だけお皿によそいます。楽しい雰囲気の後押しされて、いつもよりもたくさんおかわりしました！



### ※カレー作り※



初めて包丁を使った調理保育に挑戦しました。適度な緊張感を持ちながら調理しました。

### ※味噌作り※



恒例になっている味噌造りを行いました！仕込んだ味噌は12月頃完成予定です。

### ※お別れ散歩※



お別れ散歩の日にお弁当給食を行いました。いつもと同じメニューですが、お弁当に入れてみんなで輪になって食べるだけで楽しさとおいしさが倍増します。「またやりたいね」と終わってから思い出していました。

## \*食育目標\*

- ①お腹のすくリズムがもてる子ども
- ②食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③一緒に食べたい人がいる子ども
- ④食事づくり、準備にかかわる子ども
- ⑤食べものを話題にする子ども

食事を通して情操面や知能面を育てる『食育』。特に乳幼児期は、その後の人生における食習慣を身につける大切な時期です。園とご家庭の連携で、子どもへの食育を進めていきましょう。

## 今年度の予定

### ★調理保育★

今年度も、幼児クラスを中心に、調理保育を行う予定です。

- \*つき組 6回
- \*はな組 4回
- \*ことり組 4回
- \*乳児 随時



このほかに玉ねぎの皮むきなどのお手伝い、味噌づくり・梅ジュースづくり、ミニ調理保育など、食材に触れる機会を多く取り入れていきます。

### ★野菜の栽培★

幼児クラスを中心に、テラスのプランターで野菜の栽培を行います。穫れた野菜は給食や調理保育で使用します。



### ★給食の試食★

今年度も、保育参加・懇談会の日に給食とおやつを試食を行います（つき組～うさぎ組）。ぺんぎん組・ひよこ組は懇談会でおやつのみ試食を予定しています。

### ★ラップおにぎり(毎月)★

つき組・はな組で、月に1回給食時にラップを使ったおにぎりづくりを行います。夏ごろからは、ことり組でも取り入れていく予定です。



### ★お弁当給食★

お花見、運動会の予行、ミニ遠足などでは、園でお弁当を用意して食べます。



### ★リクエストメニュー★

月に1回、子どもたちからのリクエストメニューを取り入れません。（4、5歳児クラスを中心にリクエストを聞いています）



### ★その他★

- ☆毎月のお誕生会は、子どもたちに喜んで食べてもらえるような特別メニューを取り入れていきます。
- ☆給食ブログを毎日更新しています。その日のメニューや子ども達の食べている様子を写真付きで掲載していきます。
- ☆サンプルケースで、その日の給食とおやつを展示しています。
- ☆幼児クラスを中心に、給食の先生がお部屋に入り、子どもたちと一緒に給食を食べる予定です。
- ☆乳児クラスを中心に食材展示を行い、実際に調理する前の野菜を持ってみたり、香りをかいでみたりと、食材に触れる機会を持っています。

### ～保育園の給食について～

- 園の給食栄養目標量は、乳児で1日量の50%、幼児で1日量の45%を補えるよう、給食とおやつとの献立を考えています。
- この栄養量に基づき、旬のものを使いながら、なるべく多くの食材や料理を取り入れるよう心がけています。
- \*魚・肉・卵・牛乳等は当日納品、調味料等は生協（パルシステム）で購入しています。
- \*塩は天然塩、砂糖は花見糖を使用しています。
- \*手作りを心がけ、添加物、加工食品の使用は控えています。だしは全て園でとっており、カレーやグラタン等のルウも手作りです。