



## ご入園、ご進級おめでとうございます



子どもたちは、これから出会う友達や園での新たな生活にわくわく、どきどき胸をときめかせていることでしょう。

こども園の給食は、お子さんの成長を見守りながら、下記の通り対応させていただいています。乳幼児期は健康な体づくりの土台となる大切な時期です。ご家庭と連携して取り組んでいきますのでご協力をお願いいたします。

### 保育園の給食について

こども園の給食は子どもたちの発育を考慮し、『安全安心で、おいしく、必要な栄養が補給できる』ものを提供しています。

食品素材の味を感じられるようにうす味を心がけ、おやつを含め1日に必要な栄養価のうち40～50%を摂取できるよう、計画的に献立作成をしています。

また、国のガイドラインに沿った衛生管理やアレルギー管理を行い、各年代の発達に見合った食材や大きさ・軟らかさ・味付けに配慮した調理を心がけています。

こども園のお友達と一緒に食べる楽しみや味覚を育てていきましょう。

#### [給食の内容]

	1～2 歳児（離乳食期除く）	3 歳以上児
午前のおやつ	・主に牛乳（100cc）と米菓	
昼食	・主食 ・副食	・副食（主食は家庭から持参）
午後のおやつ	・主に牛乳（100 cc）と米菓	・主に牛乳（200 cc）と米菓
	*手づくりおやつ（月1回程度）、その他市販の菓子や飲むヨーグルトなど	

#### ★ 0 歳児：月齢に合わせた離乳食とミルク

\*基本的におやつを提供はありません。ただし離乳完了期では状況により提供する場合があります。

#### ★ ご家庭から持参していただく3～5歳児のごはんの目安量

3～5歳児の1食あたりのご飯の目安量は、110～120gです。

実際に食べられる量には個人差がありますが、お子さんの毎日の様子を確認しながら、少しずつ目安量に近づくように調整していきましょう。

※ご家庭でも、お子さんの成長・健康に必要な栄養がとれるように、生活リズムを整え、朝飯・夕飯をバランスよく食べる習慣を整えていきましょう。



給食調理員の丸山、宮田、高橋、大澤です。

よろしくお願いいたします。

