



きゅうしょくだより



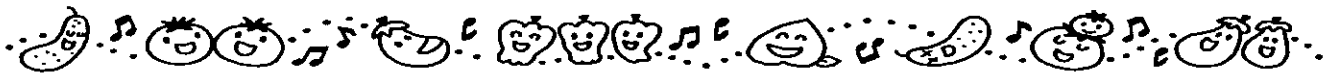
ご入園・ご進学おめでとうございます！

当園では、「おいしくて楽しい！！元気になる給食」をモットーに、旬の食材をたっぷり使った給食作りをしています。

乳幼児期は、人間形成にとって基礎となるととても大切な時期です。それは、味覚形成においても同じです。その時期の食事は、子どもたちの将来に大きな影響を及ぼすと考えています。

濃い味付けやスナック菓子、甘いお菓子里に味覚が慣れてしまうと、素材本来の味を感じにくくなってしまいます。あすかの保育園では薄味を心がけ、旬の味を感じられる様な調理を心がけています。

また近年、食物アレルギーや、肥満などの生活習慣病の増加、すぐカッとしたり集中できない子どもなど、様々な問題がクローズアップされています。これらを予防するため、「食教育」の重要性が提唱されています。そんな観点から、当園では、以下のような給食を提供するとともに、日常の保育の中で「食」に関する様々な取り組みを行っています。



【献立の特徴】

- ☆ 旬の食材を取り入れ、季節感を大切にします。
 - ☆ バイクキング給食や運動会ガンバローランチなど行事食を実施しています。
 - ☆ 和食を中心に、時には洋食・中華など、ご飯に合うおかずを展開しています。
 - ☆ お米や旬の野菜は地元の農家から直接仕入れ、鮮度や安全性にこだわっています。
 - ☆ できる限り国産食材を使用し、子どもたちの育てた野菜も臨機応変に取り入れています。
 - ☆ 咀嚼力をつけるため、歯ごたえのある食材を積極的に取り入れています。
 - ☆ おいしさ、添加物の排除、アレルギー食対応の観点から手作りを心がけています。
- おやつにも、素材の味を生かしたジャムやピール(柑橘の皮の甘煮)などを作っています。

【食育の取り組み】

- ☆ お箸の持ち方・食べ方など食事における指導
- ☆ 年齢に応じたクッキング体験
- ☆ 日本の食文化や食材のお話
- ☆ 三色食品群を使った食事バランスのお話
- ☆ 野菜やお米の栽培
- ☆ きゅうしょくだよりを利用した食育の啓発(家庭へ)
- ☆ 手作りおやつの試食(家庭へ)
- ☆ 実施給食の展示(家庭へ)



- ★ 偏食やアレルギーなど、お困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。
- ★ 食事量には個人差があります。多少のおかわりはありますが、基本的には主食(ごはん)で調節してあげてください。

