



# 4月 給食だより

令和6年 4月 1日  
甲南立正保育園

## 新しい年度が始まります

ご入園・ご進級おめでとうございます。

4月は新しい生活がスタートします。新しいお友だちや先生、新しいお部屋に子ども達はドキドキしているのではないのでしょうか。保育園の給食はお友だちや先生と楽しい雰囲気の中で食べられるようにしています。始めは新しい環境で体調を崩してしまうこともあると思います。しっかりと朝食をとり、体調を整え元気に登園できますように、ご家庭でも子どもの体調管理に気をつけて頂きたいと思います。

## 甲南立正保育園 給食の理念

『食に興味や関心を持ち食の大切さを知る』

年  
間  
目  
標

- ☆食事のマナーや望ましい食習慣を身につけます。
- ☆バランスの良い食事で健やかな成長や健康な身体作りを目指します。
- ☆食事を通し豊かな心を育てます。
- ☆いろいろな食材を通して味覚を育てます。

## 甲南立正保育園の給食について

- ★ **だしは、『煮干しとかつおの厚削り』**  
だしの風味で、食材自体の味を食すことで、味覚を育てます。
- ★ **カレーやシチュー、グラタンのルーは、手作りです。**  
小麦粉、バター、スキムミルクで作るルーはカルシウムがたっぷりです。
- ★ **給食につく飲み物は日替わりで『麦茶、ほうじ茶、緑茶』**  
毎日の飲み物から味・色・香りを感じる習慣を身に着け味覚を育てていきます。
- ★ **週3回 手作りおやつ**  
おやつは、給食だけでは不足しがちな栄養素を補充できるようになっています。
- ★ **2週間サイクル献立**  
保育園の献立は1か月に2回同じメニューが出てきます。これは1回目のメニューで苦手なものが出てきても、2回目には克服してみようという子どもの成長を促すためです。



- ★ **離乳食**  
2回食がきちんと食べられるようになってから生後18か月までの間、個々の進み具合に合わせて進めていきます。
- ★ **3歳未満児（もも1歳児・すみれ）**  
1日の必要栄養量の50%を昼食+おやつで摂取できるようになっています。  
\*午前・午後のおやつ  
\*主食（ごはん・パン・麺類）+給食
- ★ **3歳以上児（れんげ・さくら・ゆり）**  
1日の必要栄養量の45%を給食+おやつで摂取できるようになっています。  
\*給食+午後おやつ



※白ごはんを持参してください。

「白ごはんは『全部食べた』という満足感が大切なので、最初は量を控え様子を見ながら増やしていくことをお勧めします。」

目安量は110gです。



わたしたちが  
作っています

- ・栄養士 角田千秋
- ・調理員 手塚由美子

毎日心を入れて安心、安全な給食を作っていますので、1年間よろしくお願ひします。