



4月 こんだてひょう



2023年

企業主導型保育所OURS baby

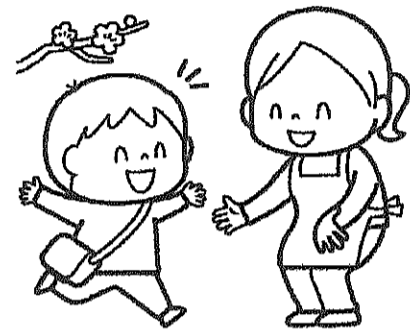
Main table with columns: 日曜 (Day), 昼食 (Lunch), おやつ (Snack), 赤: 血や肉になる (Red: Blood/Meat), 黄: 熱や力となる (Yellow: Heat/Strength), 緑: 調子をととのえる (Green: Balance), 栄養量 (Nutrition). Rows 1-30.

Summary table with 2 rows: 1か月の平均栄養量 (おやつ含む) and 1か月の目標量 (おやつ含む). Columns: エネルギー, たんぱく質, 脂質, 食塩相当量.

仕入れの状況により、メニューが変更する場合があります。どうぞご了承くださいませようお願い致します。

食育だより

ご入園、ご進級おめでとうございます。給食室では様々な経験を通して、みんなで食べる楽しみや喜び、食に興味を持てるような環境作りに努め、また、旬の食材を使用した安全で美味しい給食を提供してまいります。一年間、どうぞよろしくお願い致します。



給食が始まります

当園では、味や栄養に配慮した献立で給食作りを行っています。旬の食材を使用したり、その日の献立を掲示するなど、子どもたちが食に興味を持てるよう、日々工夫してまいります。

食育ってどんなこと？

食育とは、さまざまな体験を通して、「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食を営む力にとって、基礎ができる乳幼児期は重要な時期になります。

一年間の食育目標

0、1歳児…「食べたい」という意欲を持つ

自分の意思で食べることを獲得する時期です。食べ物への興味を深め、「食べたい」という意欲を高め、また、規則正しい生活リズムで身体を動かし、空腹感を感じられるようにします。

2歳児…基本的な食べ方を身につける

食べ方を身につける時期です。食事のあいさつや、スプーンやフォークを使えるようにし、よくかんで食べるように促します。

年明けにはお箸を取り入れ、トライする時間や日にちを決めてお箸の練習をし、無理強いをさせないようにします。

給食ではいろいろな形のおいしさを伝えます

- ・バランスのよいおいしさ
- ・旬の食材のおいしさ
- ・年齢に合わせたおいしさ
- ・空腹に食べるおいしさ
- ・安全、安心なおいしさ
- ・感謝する気持ちから生まれるおいしさ

子供たちは五感をフル稼働して新しい食べ物に挑戦し、沢山の経験を積み重ねていくことでいろいろなおいしさを感じることができます。

