



5月 こんだてひょう



2023年

企業主導型保育所OURS baby

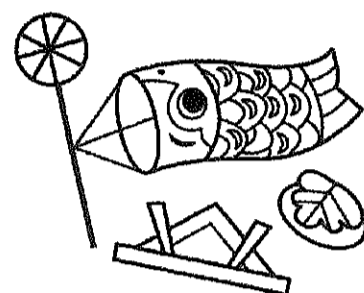
Table with 7 columns: 日曜 (Day/Week), 昼食 (Lunch), おやつ (Snack), 赤: 血や肉になる (Red: Blood/Meat), 黄: 熱や力となる (Yellow: Heat/Strength), 緑: 調子をととのえる (Green: Balance), 栄養量 (Nutrition). Rows list daily meals and snacks with their ingredients and nutritional values.

Summary table with 2 columns: 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). Values include Energy (447kcal vs 474kcal), Protein (17.1g vs 17.5g), Fat (14.3g vs 14.9g), and Salt (1.2g vs 1.4g).

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

園生活にもそろそろ慣れてきた様子ですが、この時期は突然体調を崩してしまうお子さんもいます。子どもたちの表情や食欲などの変化に十分注意しながら、体調管理に気をつけていきましょう。



食べきれる量で、嫌いな食べ物をなくす工夫を

乳幼児の場合、うまく咀嚼できなかつたり、初めての食べ物にとまどったり、苦味を感じるなどで、食べ物を嫌いになることが多いようです。食べやすい味つけや盛りつけ、おいしそうに食べて見せるなどの工夫をしましょう。最初は食べきれる量で、「食べきれた！」という達成感が次回の食欲につながります。また、「これを食べるとお肌がつるつるになるよ〜。これは筋肉になるよ」などと、効能を教えるだけでもよいでしょう。



5月5日は『端午の節句』

こどもたちの幸せを願い、健やかな育ちをお祝いする日です。

ちまき→悪病災難を除くといわれています。

柏餅→柏の木は新芽がでるまで古い葉が落ちないことから、子孫が代々栄える用にと願いが込められています。

菖蒲→葉は病気や悪いことを追い払う力があると言われ、軒先に飾ったりお風呂に入れたりします。



給食からのお願い

OURS baby では、食物アレルギーへの対応として、園で初めて食べる食材がないようお願いをしております。

登園前の食事の際も「初めて食べる食材」を摂取してからの登園は、登園後にアレルギー症状を発症する場合があります。その際は登園をお控えになるか、「初めて食べる食材」は摂取しないようお願い致します。

