



食育だより

ご入園・ご進級おめでとうございます！



すずらん保育園の給食について…

- ・栄養面、衛生面、安全面、嗜好面を考慮して献立を作成しています。
- ・同じ献立を繰り返すことで食材や味付けに慣れてもらうことを目的に、“2週間サイクル献立”を採用しています。
- ・和食を中心に洋風、中華風のさまざまな料理や調理方法を取り入れています。
- ・季節の旬の食材を取り入れるようにしています。
- ・季節の行事やお誕生会では、いつもと少し違った給食を楽しめるよう工夫しています。
- ・子ども達が一日に必要な栄養量のうち、乳児では50%、幼児では45%摂取できるように昼食とおやつの献立を作成しています。
- ・成長に必要な3つのグループの食品(黄・赤・緑)で構成しています。(献立表にも使用食材を色別に記載しています)



基本の給食



副菜

季節の旬の食材を取り入れるようにしています

主菜

豚肉・鶏肉・魚類・卵・大豆製品をメインにしています

主食

ごはん(混ぜご飯・ふりかけご飯・納豆ご飯・丼物など)
パン(食パン・ロールパンなど)
麺類(スパゲッティ・うどん・そうめん・中華麺など)

汁物

味噌汁
すまし汁
コンソメスープ
中華スープ
など

- * 保育園で楽しく元気に過ごせるように、早寝早起きなど生活リズムを整え、**朝ごはんを食べてからの登園**をお願いします。
- * ご家庭でも、**明るく楽しい食卓の雰囲気作り**をお願いします。
- * 給食レシピ紹介をしています。参考にしてみてください。



調理職員メンバー

栄養士 福原
栄養士 神田
調理員 小俣
調理員 川口



調理職員一同、安全でおいしい給食づくりに努め、また、楽しい食事の時間や、食への興味がもてるような環境づくりを心掛けて参ります。本年度もどうぞよろしくお願い致します。何かございましたら、栄養士までお気軽にお声かけ下さい(*^-^*)