



# 給食だより

平成20年4月1日 会津報徳保育園



ご入園・ご進級おめでとうございます

うららかな季節を迎えました。日に日に暖かさが増し、さくらのつぼみも段々とふくらんできました。

保育園での生活は大勢のお友達との集団生活やみんなと一緒に食べる給食、また毎月色々な楽しい行事がたくさんあります。入園のお友達も進級のお友達も新しいクラスや新しい先生になり、うれしい反面、今月は疲れがたまってしまうかもしれません。無理をせず、十分な睡眠と栄養バランスの良い食事を心掛けてください。また、朝食を食べないと、脳と体に栄養が行き届きません。保育園に来てもポーっとしてしまいやる気が出なくなってしまいます。お友達と元気に遊ぶためにも朝食を食べてくるようにしましょう。

なお、保育園での食事とおやつは、子ども達の成長発達に役立つように十分に配慮し、おいしく・安全な給食作りを心掛けております。何かご質問やご感想がありましたら、お気軽に声をかけて下さい。宜しくお願い致します。



♥給食担当♥  
渡部 智后(ともみ)  
羽金 知我(ちが)

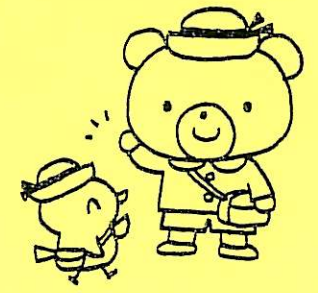
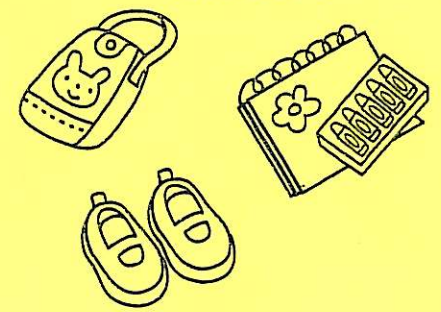


今月の目標

園の給食に  
なれましょう

今月の予定

- 1日 入園式
- 18日 お誕生会
- 26日 春の合同遠足
- 29日 昭和の日



## 給食とおやつ



- ① 0歳児は月年齢に応じた離乳食を食べます。
- ② 1～2歳児は完全給食です。昼食の給与栄養量の割合は生活状態などに特別配慮すべき問題がない場合には、約1/3を目安とします。おやつについては、発育・発達状況や生活諸状況等に応じて1日の全体の10～20%程度を目安とします。
- ③ 3～5歳児は副食及びおやつ(午後)です。昼食の給与栄養量の割合は生活状態など特別配慮すべき問題がない場合には、1/3を目安とします。おやつについては、発育・発達状況や生活諸状況等に応じて1日の全体の10～20%程度の量を目安とします。  
\*主食(白飯110g)は家庭より持参。  
(白飯110gとして栄養計算をおこなっています。)



### ◆会津報徳保育園の栄養給与目標◆

1～2歳児

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩
530kcal	15～25g	11～15g	225mg	2.8mg	125μg	0.25mg	0.30mg	20mg	1.8g未満

3～5歳児

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩
450kcal	15～25g	15～20g	270mg	2.2mg	150μg	0.30mg	0.35mg	20mg	2.3g未満

★子ども達の成長(体重・身長)に合わせて10月に栄養給与目標量を見直します。

\*材料の都合により献立が変わることがあります。

