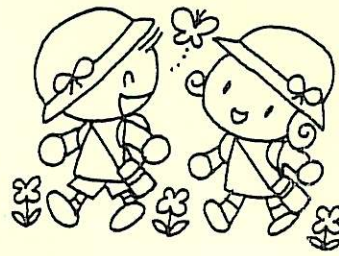


給食だより



平成21年4月1日 会津報徳保育園

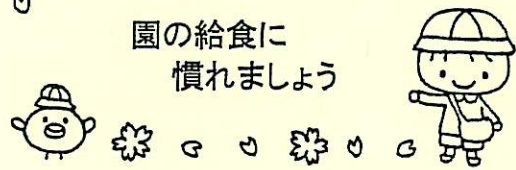
ご入園・ご進級おめでとうございます

暖かな日も多くなり、桜もだんだんと咲く季節となりました。新しいお友達も増え、ますますにぎやかで楽しい保育園生活を送れる事でしょう。その反面、新しい環境に慣れようとして疲れがたまってしまいかもしれません。疲れている時は無理をせず、十分な睡眠をとって体を休めて下さい。また、食欲が低下した時は量が少なくても栄養のバランスの良い食事を心がけましょう。朝食を抜くと、ボーっとしてしまったり、体を動かす元気がでません。イライラしてしまう事もあります。お友達と元気に仲良く遊ぶためにも朝食は食べてくるようにしましょう。

給食室では、安全で美味しい給食作りを心がけています。子ども達がすくすくと成長できるよう、栄養まんてんの献立を考えていきたいと思ひます。何かご質問・ご感想がありましたらお気軽に声をかけて下さい。宜しくお願いします。

今月の目標

園の給食に慣れましょう



給食担当

萬實 智后(ばんみ ともみ)
羽金 知我(はがね ちが)
増井 美実(ますい よしみ)

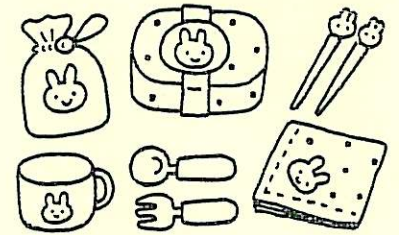
今月の予定

1日 入園式
17日 お誕生会
25日 春の合同遠足
29日 昭和の日

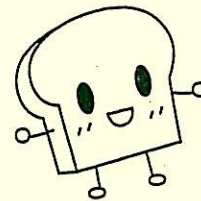
*材料の都合により献立が変わることがあります。



給食とおやつ



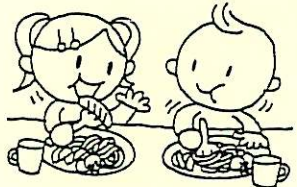
- 0歳児は月年齢に応じた離乳食を食べます。
- 1～2歳児は完全給食です。昼食の給与栄養量の割合は生活状態などに特別配慮すべき問題がない場合には、約1/3を目安とします。おやつについては、発育・発達状況や生活諸状況等に応じて1日の全体の10～20%程度の量を目安とします。
- 3～5歳児は副食及びおやつ(午後)です。昼食の給与栄養量の割合は生活状態などに特別配慮すべき問題がない場合には、1/3を目安とします。おやつについては、発育・発達状況や生活諸状況などに応じて1日の全体の10～20%程度の量を目安とします。
*主食(白飯110g)は家庭より持参
(白飯110gとして栄養計算をおこなってい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



1～2歳児

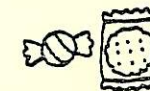


～会津報徳保育園の栄養給与目標～



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



*子どもは体重・身長が変動しやすいので10月に子どもの体重・身長を調べなおし栄養給与量を見直します。

