

給食だより

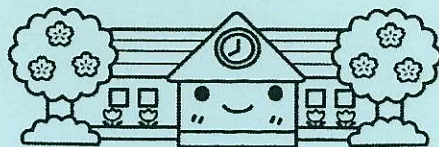
平成27年4月1日

会津報徳保育園



ご入園・ご進級

おめでとうございます



春の暖かな日差しの中、新年度がスタートしました。子ども達は、新しいお友達やお部屋での生活にワクワク・ドキドキしているかと思えます。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体調を崩してしまう子もいるかもしれません。無理をせず、十分な睡眠と栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。

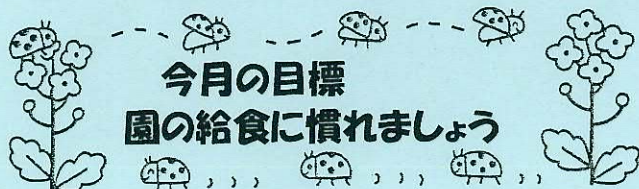
給食室では、1年間を通してさまざまな食育活動を行い、子どもたち自身が食に興味を持ち、楽しく取り組めるように努めたいと考えております。そして、何でも食べ、大きく成長できるよう、安全で美味しい給食作りをしていきたいと思えます。何かご質問・ご感想等ございましたら、お気軽にお声かけください。



★おねがい★

☆お友達と元気に遊ぶためにも、朝ごはんはしっかりと食べてきましょう。

☆食物アレルギーの子が増えてきています。今まで何の症状がなくても突然現れることもあります。もし、食物アレルギーと診断されたら、速やかにお知らせください。また、解除(医師の指示のもと)となった場合も、診断書と一緒にお知らせください。宜しくお願い致します。



今月の目標
園の給食に慣れましょう

♡給食担当♡

萬實 智后 (ほんみ ともみ)
古川 美実 (ふるかわ よしみ)
*どうぞ宜しくお願い致します。



…給食とおやつについて…

- 1、0歳児は、月年齢に応じた離乳食を提供します。
- 2、1歳6カ月未満(離乳完了期)の子は、個々に応じて薄味、きざみ等にしています。
- 3、1~2歳児は、完全給食です。
屋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。
- 4、3~5歳児は、主に副食とおやつ(午後)を提供します。
屋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。

☆尚、3~5歳児の主食(白飯110g)は、家庭より持参となります。(白飯110gとして、栄養計算を行っております。)



~会津報徳保育園における栄養給与目標量~

1~2歳児

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄
470kcal	15~25g	10~15g	175mg	1.5mg

ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
138μgRE	0.2mg	0.25mg	17mg	1.7g未満

3~5歳児

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄
400kcal	15~26g	13~20g	210mg	2.2mg

ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
150μgRE	0.3mg	0.35mg	16mg	1.9g未満

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