

給食だより

平成28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、新しい先生、お部屋での生活にワクワクドキドキしているかと思います。新しい環境に慣れようと頑張っているのも、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年間を通して年齢にあった様々な食育活動を行い、子ども達に、“食”に興味・関心をもち、好き嫌いなく食事ができるように、取り組んでいきたいと考えております。

また、安全で美味しい給食作りに努めていきます。何かご質問・ご感想等ございましたら、お気軽にお声かけ下さい。



★おねがい★

- ◎1 日元気に園生活が送れるよう、朝ごはんはしっかり食べてきましょう
 - ◎今まで何の症状がなくても突然、食物アレルギーが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



今月の予定
1日 入園式
15日 お誕生会
29日 昭和の日
......*

...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。
- 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。
- 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依りて、1日の全体の10~20%程度の量を目安とします。
- 3~5歳児は、主に副食とおやつ(午後)を提供します。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などに依りて、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
138 μgRE	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
150 μgRE	0.3mg	0.35mg	16mg	1.9g未満

♡給食担当♡

※ 萬實 智后 ※
古川 美実 ※
※ 菊地 李恵 ※

よろしくお願い致します

*子どもは身長・体重が変動しやすいので、5月と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。

