



## ♪《こども園もものき》の給食って？♪

本園では栄養士が作成した献立により、給食を作っています。

添加物の多いものは極力使用せず、旬の野菜・果物・魚をとり入れた季節感ある給食は子どもたちの楽しみのひとつです。

給食では、単に栄養の補給を目的としているだけでなく、次のようなことも考慮されています。

### 1. 健やかな発達と健康

…一生のうちで最も急激に身長も体重も増えるときです。

### 2. 豊かな心を育てる

…食べ物を通して味覚や嗅覚・色彩感覚などの感性を養います。

### 3. 社会性を養う

…食事を通して、友達との会話やマナーの基礎などを身につけていきます。

## ◆入園・進級おめでとう！◆

風も日増しに暖くなり、桜も満開を迎えました。春のおとずれを感じ、わくわく・ドキドキの新年度がスタート！今年度も日々の食育に力を入れ、子どもたちの食への関心に繋がるよう楽しく取り組んでいきます。

## ★4月食育テーマ★

### 新しいクラスに慣れて、楽しく食事をしよう！

新年度になり、新しいお友だちに囲まれた新クラスでの食事♪ことりさんだったお友だちも幼児組に進級し本格的に食育が始まります。給食の中にどんな食材が入っているのかな？体にとってどんないいことをしてくれるのかな？など食材に興味を持てるように、実物を見たりにおいを嗅いだりする経験が持てるような食育を日々行なっていきます。また、食事のマナーについての話もしていきます。座り方や箸の持ち方をはじめとし、全ての食材から命を頂くことで自分が生きているという食事への感謝の気持ちも、1年を通して伝えていきます。

### \*安全のため、年齢によって使用する食材や大きさを変えて給食を作っています\*

食品を噛み砕く力や喉が未発達な子どもが豆やナッツ類を食べた場合、窒息のみならず、小さな破片が気道に入ったまま放置していると、気管支炎や肺炎を起こす危険があります。そのため、もものきの給食では、豆類（大豆・枝豆等）のような丸い食材はそのままでは提供していません。使用する場合には小さく刻んだり、調理方法を工夫していくことで、栄養価の高い大豆も摂取できるようにしていきます。また、麺類・肉類・練り物も物によって未満児は大きさを変えています。

