

給食だより

令和 7 年 4 月花山認定こども園



ご進級・ご入園おめでとうございます。

新しく入園されたお子さまは、最初はなかなか給食を食べられないこともあるかもしれませんが、生活に慣れると少しずつ食べられるようになっていきますので、ゆっくり見守っていきましょう。

花山認定こども園の給食

独自献立をたて、子ども達に喜んでもらえるような安全で美味しい給食を提供しています。



✿こぶし組

6 カ月頃から園で食事をはじめます。個々の食べ方に合わせて、離乳初期・中期・後期・完了期・幼児期と進めていきます。園で初めて食べる食材が無いように、家庭と連携を取りながら進めていきます。

✽どんぐり・くるみ・ぽぷら組

午前おやつ(牛乳と果物)、昼食、午後おやつ(牛乳と軽食)を用意しています。からだが小さく、一度にたくさんの量を食べられないため、3回に分けて用意しています。



✽幼児クラス

昼食、午後おやつを用意しています。体格により食べる量が違うため、おかわりも常に用意しています。

おやつも子ども達の成長に必要な栄養源です。食事だけでは摂りきれない栄養をおやつで補っているため、第4の食事と考えています。おにぎり、パン、いも類、などを用意しています。



ホームページに写真付きで食事の紹介がありますのでご覧ください。

☆園で使用する食材について☆

「園で使用する食材について」のプリントを
コドモンで配信しています。園で初めて食
べる食材がないようにもう一度ご確認ください。



乳幼児期は、見慣れないものの食べ慣れない
ものは苦手とすることが多いですが、繰り返
していくうちに食べられるようになっていき
ます。

「これは嫌いな食べ物・・・」と大人が決めつけ
ずに、挑戦する機会を作ってあげましょう。

食事中は、「よくかんで食べようね」と声を
かけています。ご家庭でもぜひ、

「よくかんで食べようね」と
声をかけるのを習慣にしてい
ただきたいです。



☆花山認定こども園の食育☆

保育の一環として、食育を推進しています。

食育目標は

- ①美味しく楽しく食べる子ども
- ②食に興味を持つ子ども



です。「よく遊び、意欲的にみんなで食べることを楽しみ、食物の栽培や収穫を経験して、感謝の気持ちを持って食べて欲しい。」とねらいを定め、具体的に取り組む予定です。

食事は体だけでなく心の成長にも関わってきます。給食を通じて食べ物の知識やマナー、みんなで食事をする楽しさなど、様々なことを学ぶことが出来るように考えています。

ご家庭でも食事の時間にたくさんコミュニケーションをとって、食育を生活の中に入れて育ていって欲しいと思います。





今月のレシピ



《鶏肉のから揚げ》 (15個分程度)

《材料》

- ・ 鶏もも肉 300 g (園では皮なしを使用しています)
- ・ 生姜汁 小さじ1
- ・ しょうゆ 小さじ1 と 1/2
- ・ 酒 小さじ1
- ・ 卵 1 / 3個
- ・ 片栗粉 大さじ2
- ・ 揚げ油 適量



↑ 大量調理中！！

《作り方》

- ① 20 g 程度にカットした鶏もも肉に生姜汁・しょうゆ・酒で下味をつけておく。
- ② ①に卵・片栗粉を混ぜて、油で色よく揚げる。

花山認定こども園で人気のから揚げです♪
ぜひ、ご家庭でも作ってみて下さい。