



給食だより

令和6年5月1日
あいあい鳳保育園

新年度がスタートして、早くも1か月が経ちました。新しい環境にも少しずつ慣れてきた子どもたちは、給食もたくさん食べてくれるようになりました。お部屋へ様子を見に行くと、お友達と一緒に食べるのが楽しい様子で、「おいしい」とにっこり笑顔です。まだ、給食に慣れない子どもたちには、味付けや形状に配慮していきます。食に関心を持ってもらえるように、安心安全を第一に考え、食育を進めていきます。



お花見ランチ

4月4日に幼児棟のお友達は、給食室で作ったいなり寿司・ブロッコリーのごま和え・ウインナー・いちごが入ったお弁当でお花見ランチをしました。

子供たちはお弁当を見て、「いちごうれしい!」「いなり寿司大好き!」と、いつもと違う給食にワクワクした様子でした。

お友達とお話をしながらとても楽しそうに食べていました。

食育

4月は様々な食育を行いました。

まず、たけのこの皮むきのお手伝いをしてもらいました。たけのこを見せると「たけのこ!」と言ってくれる子や「何だろう?」とはじめて見るたけのこに驚いている子もいました。皮を触ってもらうと、「かたい」「線が入ってる!」「ふわふわしてる」と色々な感想が出てきました。

ふきの筋とりもしてもらいました。初めは少し難しそうでしたが、保育者が少しお手伝いすると、みんな上手に筋を取ってくれました。

えんどう豆の皮むきは、少し皮を開けてあげると「うわ〜!おめでとう!」と興奮した様子でした。数を数えて「僕のほうが多い!」とお友達と数を競い合ったりして、とても楽しんでお手伝いをしてくれました。

2日のおやつには柏餅が登場します。楽しみにしててください。



今月の旬の食材

- 柏餅…2日
- ふき…17日
- いちご…7. 9. 15. 17日
- えんどう豆…14日
- トマト…13日
- アスパラ…1. 16日
- 生わかめ…2. 14. 20. 27日
- スナップエンドウ…7日
- 新玉ねぎ…6. 10. 11. 13. 14. 20. 24. 26. 27. 31日
- 新じゃがいも…7. 16. 20. 21. 22. 30日
- 春キャベツ…7. 13. 14. 15. 16. 21日

5月の平均栄養価(幼児食 昼食・おやつ)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
基準値	590	19~29	13~20
当園見込み	613	23.3	19.5