

入園・進級おめでとうございます。

新しい環境での生活が始まり、子どもたちは不安や緊張でいっぱいの毎日だと思います。特に新しく入園する子どもにとっては、初めての給食も始まります。給食には、好きなものだけでなく、食べ慣れていないものや苦手なものもでてきます。子ども一人ひとりの“食べる力”を育むために、保育園の給食は重要な役割を担っています。

## 乳幼児の食事の役割



子どもたちは成長のために多くの栄養素が必要ですが、大人と比べて胃が小さく、消化機能も発達途中です。そのため3回の食事だけでなく、おやつも大切な食事と考えます。保育園では、お友だちと楽しく食事を通して、成長・健康づくりに必要な栄養素をとるだけでなく、いろいろな食品の味・食感を体験し、望ましい食習慣を身につけていきます。

## 非常食献立について

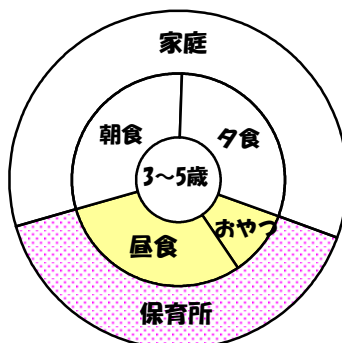
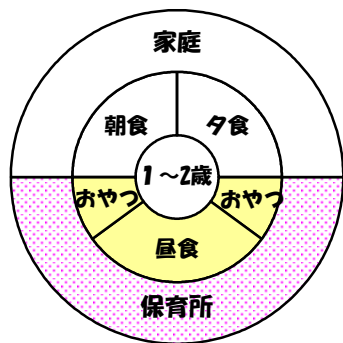
災害時は、子どもが食べ慣れていない環境で食べ慣れていないものを食べなければならない場合があります。そこで園では、それらの状況になったときにも落ち着いて食事ができるよう、食器やスプーンなどを使用せず、普段と異なった環境で給食を食べる非常食献立の日を設けています。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

## 保育園での給与栄養量のめやす



保育園の食事では、1日に必要な栄養量のうち、3歳未満児ではおよそ50%、3歳以上児ではおよそ45%が摂取できることを目安にしています。

個別でお伝えしている1歳児は、4月から離乳食から幼児食に移行します。献立表のメニュー(おやつ含む)になりますので、給食で提供する食材をご家庭でも一度食べさせて頂きますようお願いいたします。



たくさん活動し、集中力を十分発揮するためにはご家庭での食事も大切です。必要な栄養を摂って元気に過ごしていけるように、ご家庭でもしっかり朝食を食べて登園させて頂きませうようお願いいたします。