



給食だより

なでしこ保育所



ご入園、ご進級おめでとうございます。

今年度もこどもたちの健やかな成長のために、安全で美味しい給食を提供できるようスタッフ一同協力していきます。よろしくお願ひします。 (栄養部)

◇保育所の食事について

- ・献立はご飯を主とした和食が中心です。
- ・味付けは食材とだしの旨味を生かし、薄味にしています。



◇保育所のおやつについて

- ・おやつの時間は、午前と午後の2回です。
- ・午前はヨーグルトや果物、午後は牛乳とおにぎりや蒸しパン等、手作りのおやつを中心に提供しています。

◇アレルギー対応について

- ・アレルギーがある場合は、個別にアレルゲン除去を行い、対応しています。

◇衛生管理について



- ・保健所の指導のもと、毎日、設備・調理従事者の衛生面の点検、チェックに取り組んでいます。

知っていますか？4つのお皿のランチョンマット

4つのお皿のランチョンマットとは、日本の伝統的な食事である主食、一汁二菜の献立を、子どもにも分かりやすく色分けして表現したものです。

この4種類がそろうことで、栄養バランスが良い食事になります。

4つのお皿のランチョンマットを利用して、子どもたちと一緒に正しい配膳マナーを学んでみてはいかがでしょうか？

<p>みどり・・・副菜 (野菜 きのこと類 海藻類 果物) →体の調子を整える</p> 	<p>あか・・・主菜 (肉 魚 卵 大豆製品) →筋肉や血をつくる</p> 
<p>きいろ・・・主食 (ご飯 パン 麺類 芋) →エネルギーの源</p> 	<p>しろ・・・汁物 (かつお節 昆布 味噌 しょうゆ) →料理をさらに美味しくする</p> 