



# 給食だより

## 4月号



2022年4月1日発行  
田園調布学園大学  
みらいこども園  
栄養士 中嶋なおみ



## みらいこども園の給食は・・・



- ・主食（ごはん・パン）＋おかず（主菜・副菜）＋汁物の3点が基本的な形です。
- ・献立は、子どもたちの成長に必要な栄養はもちろんですが、季節の旬の食材を多く取り入れて四季を感じられるようにしています。
- ・乳幼児期の食べ方の成長に合わせて、切り方や固さを調整しています。

- ・1歳児クラスから手前左に主食、右に汁物、中央上におかずを並べてそれぞれの食具で食べ進めていきます。

毎日の給食で、あいさつや姿勢、食具の使い方などを習得していけるように積み重ねていきます。

- ・苦手なものや経験の少ない食材は、一人一人に声をかけて少しずつ経験できるようにしています。



玄関に毎日の給食のサンプルを展示しています。降園時にご覧になってぜひ、お子さんと今日は何を食べたのかな？とお話してくださいね。

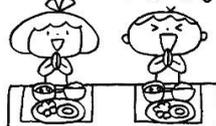
また、給食のレシピも配布しておりますのでご利用ください。リクエストもお待ちしています。

## 「いただきます」と「ごちそうさま」

「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶は「料理を作ってくれた人、食材を育ててくれた人、運んでくれた人などへの感謝の表現」「一緒に食べる人がこちよく、楽しく、おいしく食事をするための思いやりの心」「自然や地球への感謝の気持ち」などの思いを込めて小さい子どもたちにもできる一番身近な食育です。園でも乳児クラスから配膳時に声をかけるなどして伝えています。

ご家庭でも、思いを込めて習慣づけられるといいですね。

いただきます!



ごちそうさま!

