



みらいこども園の給食

味噌汁や煮物のだしは、かつお節や昆布で出しています。だしを効かせると薄味でもおいしくなります。

主食のお米は、「胚芽米」です。ビタミンや食物繊維が白米より多く含まれます。4月いっぱい白米での提供になります。



給食のサンプルを玄関に飾っていますのでご覧ください。

旬の野菜や魚、レバーやひじき、切り干し大根、豆類など、栄養価の高い食品を取り入れながら子どもたちの嗜好も考えて献立を立てています。



「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう

～4月の食育目標～

食事の前や後の「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつには、食事を作ってくれた人、食材を育てたり運んでくれたりした人、自分たちの体になってくれる食材そのものの感謝の気持ちが込められています。

みらいこども園では配膳が終わったり、食べ終わった時に、一人一人のタイミングであいさつをします。乳児クラスでは保育教諭が配膳するときや食べ終わったときに個々に声をかけています。そういった毎日の積み重ねにより、幼児クラスでは徐々に自分のタイミングで行います。

ぜひご家庭でも食事のときに気持ちを込めてあいさつをしてみましょう。

