



ひまわり保育園

# 給食だより



令和3年4月  
管理栄養士



ご入園、ご進級おめでとうございます。

期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食作りを目指します。食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ、お友達との食事が待ち遠しくなったり、ホッとする時間になるように願っております。

先月3月26日は **お楽しみ** 給食でした♪

3月26日は、年長さんのみお楽しみ給食でした。お楽しみ給食は、年長さんのリクエストをもとに作りました☆思い出に残る楽しい給食の時間になっていたら、嬉しく思います♪



**二十四節気** とは、1年を季節ごとに24等分したもので、毎年同じ時期に同じ節気がめぐってきます。そして、節気の間隔が一定で月ごとの季節変化に対応できるので、天候に左右される農業の目安として大変便利な物でした。季節を知るよりどころでもあったため、天候や生き物の様子を表す名前がつけられ、今でも年中行事や事項の挨拶など色々なシーンで使われています。

## 今月の二十四節

【清明】 せいめい:4月4日

清明は「清浄明潔」の略で、万物がけがれなく清らかで生き生きしているという意味です。花が咲き、鳥は歌い、空は青く澄み、爽やかな風が吹き、すべてのものが春の息吹を謳歌する頃。各地でお花見シーズンを迎えます。

【穀雨】 こくう:4月20日

春の柔らかな雨に農作物がうるおうという意味です。この時期に農作物の種をまくと、雨に恵まれ、よく成長するといわれています。



## ひまわり保育園の給食の紹介



### 食育について

当園では毎日の食事を大切にしています。栄養バランス・量・質ともに適切な食事を園内の最新設備が整った厨房で調理し提供しています。昆布・鰹などでしっかりとだしをとって、薄味で素材の味を生かした和食を多く取り入れた独自の献立で給食を作っています。また、米など地産地消の食材を使用しており、発達に合わせた材料の切り方や調理法の工夫に心がけています。成長段階に合わせた食事の援助で、丁寧にかかわり自分で楽しく・おいしく食べられるように配慮しています。

旬の食材や伝統行事などを積極的に取り入れることで、子どもたちの味覚の体験も広げることが出来ます。また、おやつは手作りのものや、厳選したものなど、なるべく合成着色料・人工甘味料・保存料無添加のおやつを提供しています。

### 補完食(離乳食)について

家庭で食べたことのある食材を元に、一人ひとりの発達に合わせ栄養士・調理員・保育士・保護者との連携を大切にステップアップを図っています。

### アレルギーについて

代替食に対応し、完全除去を基本としています。年1回の検査結果を元に、栄養士・調理員・保育士が対応について話し合いをしています。



先月3月3日は **ひなまつり** でした♪



3月3日(水)はひなまつりにちなんだ献立でした。お昼は、ちらし寿司風、すまし汁、チキンナゲット、ゆでブロッコリー、型抜きチーズ、おやつは、イチゴのロールケーキとカルピスでした♪ 見た目も味も春らしい給食となりました🌸

