令和７年４月
栄養士

ひまわり保育園

給食だより

4月

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３日は ひなまつり メニューでした

おやつは桃の花ゼリーとおせんべいでした。
離乳食は菱餅をイメージした三色おにぎりでした。
ブロッコリーと人参を使い、色鮮やかに仕上げました！

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。

今月の二十四節気

【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り、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食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を取り入れて飽きの来ないようにしています。

その日の給食はコドモンに掲示しますので、是非ご覧ください。

子どもたちが、保育園の畑に野菜の種や苗を植え、成長したら収穫し、給食の時に提供しています。自分で収穫したら特別なようで、苦手な野菜でもおいしいと言って食べてくれています。

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。

お誕生日リクエストメニューについて

お誕生月の２ヶ月前にリクエストを頂き、お誕生日“月”にリクエストしていただいたメニュー・食材を提供していきます。

リクエストは三品候補を上げていただき、一品提供します。ご了承ください。

アレルギーについて

アレルギー食材を使わない、全員が同じものを食べられる給食を提供しています。

例えば、フライのパン粉は卵を使っていないものにする、おやつの蒸しパンには卵の入っていないホットケーキミックスを使用するなど、さまざまな工夫をしています。

アレルギー児には、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。