

# 給食だより 4月



令和8年4月1日 筑後保育所

ご入園、ご進級おめでとうございます。

4月は新しい生活のスタートの月です。子どもたちも新しいお友達や先生にドキドキしているのではないのでしょうか？給食室では、子どもたちに色々な食材を知ってもらい、季節を感じる献立や、好きなものが増えるような給食・おやつ作りを心掛けています。



## 給食内容



### ばら・すみれ・ゆり組（3歳未満児）

9時20分 朝のおやつ

11時15分 昼食(ごはん・汁物・おかず3品)

15時00分 おやつ

〇ぐんぐん大きくなる幼児期にはたくさんのエネルギーが必要ですが、まだまだ胃も小さく、噛んで食べる力も十分でないことから、一度にたくさん食べる事が出来ません。午前のおやつ・昼食・午後のおよつもの3回に分けて提供します。

### もも・きく・さくら組（3歳以上児）

11時30分 昼食(ごはん・汁物・おかず3品)

15時00分 おやつ

〇噛む力は少しいて上手に食べられますが、まだまだ身体は小さく1～2歳児と同様に一度にたくさん食べることができません。昼食と午後のおよつもの2回に分けて提供します。



## ☆筑後保育所の給食は☆

- 〇味付けは薄味にし、食材そのものの味がわかるようにしています。
- 〇出し汁は、化学調味料を使用せず、昆布・煮干し・かつお節を使用し、スープは豚骨や鶏骨を煮出して使用しています。
- 〇おやつは手作りで提供しています。
- 〇主食のご飯は胚芽米を使用し、不足しがちなビタミンを補っています。
- 〇毎月、誕生会の日のおやつは赤飯や黄飯です。(お祝いの時に赤飯や黄飯を食べる風習を学ぶためです)  
※「給食だより」に季節の給食レシピを掲載していきます。
- 〇毎月17日は「減塩の日」です。給食でも少しの塩味でおいしく食べられるように、ごま・かつお節・海苔などを野菜と和えたり、出し汁をしっかり取るなどの工夫をしています。



## 23日(木)は 遠足です！



お弁当をお願いします。

子どもたちが楽しみにしているお弁当ですが、野菜不足になりがちです。野菜もたっぷり入れてください。おやつは、保育所でいただきます。