



# ゆらりん給食だより

2023年度 4月号  
ゆらりん豊四保育園  
栄養士 柏崎

ご入園・進級おめでとうございます。  
今年は平年より早く桜が満開をむかえ春らしくなってきました。  
今年度も給食室では、子どもたちの日々の様子をうかがいながら  
安全でおいしい給食作りを心がけ、楽しい食事や様々な食に関する体験を通じて、  
食への興味がもてるような環境づくりをしていきたいと思ひます。

## ☆ゆらりん豊四保育園の給食について

乳幼児期は心身の発育、発達が生涯で最も旺盛な時期です。当然ながら、この時期の成長には多くの栄養素が必要になります。保育園での給与目標量は、3～5歳児で、1日に必要な量の40%を、1、2歳児で50%です。この栄養量に基づき、旬の食材を多く取り入れ、だしをきかせ、薄味で素材の味がよくわかる給食作りをめざします。また、1、2歳児は3～5歳児に比べ一度に摂取できる食事量が少ないため、午前おやつとして牛乳を提供していきまひす。

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
3～5歳児	585kcal	23.4g	12～18g	270mg
1、2歳児	460kcal	18.4g	11～15g	210mg



## ☆サイクルメニューについて

ゆらりん豊四保育園では、1カ月で1つの献立を2～3回繰り返す、サイクルメニューを取り入れています。同じメニューを2回、3回と食べることで、その食事に慣れることを目的としています。

## ☆給食の展示について

当日の給食は、毎日正面玄関に展示していますので、ぜひご覧ください。日替わりで各クラスの展示をしています。幼児と乳児では食材の大きさも量も違います。ご家庭での食事の参考にしてみてください。また離乳食は毎日展示いたします。その日人気のあったメニューのレシピも掲載していきまひすので、ご家庭でもぜひ作ってみてくださいね。

## ゆらりん豊四保育園の給食はわたしたちが作っています

栄養士：柏崎 莉乃

子どもたちに「おいしかった」と言ってもらえるような給食を作ります。



栄養士：小林 英士

保護者の皆様に安心していただけるよう、子どもたちが笑顔になる給食を提供していきまひす。



今年度も季節に合った食育活動や野菜の栽培、クッキングなど子どもたちの成長に合わせて計画をたてています。ご家庭での食事の様子や保育園での給食などご質問、ご意見ありましたらお気軽にお声かけください。