



令和5年3月29日発信

『食農だより』は子どもたちの健康な心と体作りのお手伝いとして、「食育」と「こどものうえん」の情報を発信するお便りです。れんりの子では「食農」を保育の中に位置づけ生活体験、自然あそびを通して子どもたちの生きる力を育てていきます。

4月のねらい

毎月、年齢ごとにねらいを立てて食育に取り組みます！

- 0歳児：お腹がすき離乳食(ミルク)を食べ、心地よさを味わう
- 1歳児：お腹がすき食事を喜んで食べ、心地よい生活を味わう
- 2歳児：食事を楽しみにして食卓につき、友達や保育者と食べる楽しさを味わう
- 3歳児：自分で食事ができること、身近な人と一緒に食べる楽しさを味わう
- 4歳児：身近な大人との会食を通して愛情や信頼感、食事のマナーへの関心をもつ
- 5歳児：食事に必要な基本的な習慣や態度を身につける



よもぎを積んでよもぎ餅を作ったよ。



こどものうえんより

農園もすっかり春です。スティックセニョールもたくさん収穫できて、給食でも何度となくいただきました。2月に植えたじゃがいもも芽を出し、枝豆やスナップエンドウ、麦もぐんぐん大きくなってきています。いちごやプラムの花も咲き、ミツバチが頑張っていて受粉してくれています。保護者の方からいただいたトウモロコシの苗には子ども達が毎日せっせと水やりをしています。連理農園のお手伝いも日課になっています。

新しい友達を迎え、農園も更に賑やかになります。

れんりの子は「食農」を保育の中に位置づけ、食農年間計画に基づいて子ども達とたくさんの体験をしています。「種蒔きから収穫、調理、食す」の様子を食農だよりや学年だより、インスタグラムでお知らせしていきます。お楽しみに！食農係



台所より

わくわくどきどきの新年度が始まります。台所では農園の野菜を使った、安心安全のれんりの給食を通して食べることの楽しさや食に関する知識を身につけてもらえるようにスタッフ一同、頑張っています！今年度もよろしくお願いいたします。

<れんりの子の給食>

献立について

ごはん(米)を中心にパン、麺類も提供しています。主食・主菜・副菜・汁物・フルーツをそろえ、旬の食材も意識して取り込んでいます。日本の食文化を伝えるため、行事には行事食を用意しています。その日の給食、おやつは玄関に展示してありますので、降園の際にお子様と一緒に是非ご覧ください。幼児可食量を展示しています。れんらくアプリで毎月、献立表を配信しています。「明日は何か？」とご家庭での会話を楽しんでください。

給食の提供について

給食、おやつとも提供する前に必ず職員が食前検食を行い、異常や問題がないかの確認をしています。



雛祭りの行事食

栄養面について

栄養ソフトを使い、全園児の身長、体重から必要な栄養量を計算し、食事摂取基準を満たした献立、1日の栄養価の45~50%程度を給食で摂取できるようにしています。残りの栄養はご家庭の朝食や夕食で摂るようにしてくださいね。

調理について

焼いたり、蒸したり、煮たり、揚げたりなど毎日変化をもたせた調理方法にしています。薄味でうま味を生かすことを心掛け、彩にも気を配り、また子ども達が食べやすいように個々の成長に合わせて大きさ、硬さ、テクスチャー等にも気を付けています。

生食用の野菜、フルーツは全て殺菌後十分すすいで提供、加熱調理に関しては中心部が85℃以上加熱されていることを確認しています。

(厚生労働省『大量調理施設衛生管理マニュアル』に基づく)