

いただきます 4月



2021. 4. 1 発行 栄養士：西村 瑞保

ご入園・ご進級おめでとうございます

桜の花も満開に咲き誇り、さわやかな風が吹く季節となりました。新しい環境での生活が始まり、ドキドキ！ワクワク！の4月がいよいよスタートします♪

保育園では、主食・主菜・副菜・汁物を基本とした、栄養満点のおいしい食事作りを心がけています。子どもたちと笑顔あふれる食事の時間を過ごしていきたいと思ひます。



☆ふじヶ丘保育園・子育てセンターの食事について☆

- ☆ 献立は、和食中心のメニューを取り入れ、様々な食材があることを知らせていきます。
- ☆ 旬の食材を用いて、季節を感じられる食事作りに努めます。
- ☆ 園では、完全給食を実施しています。主食のお米は、有機農業に取り組んでいる橋口孝久さんの合鴨米・無農薬米（五分つき米）を炊いて提供します。
- ☆ 3時のおやつは、できるだけ手作りのおやつを心がけています。手作りおやつ以外の日や延長保育のおやつは、食の安全を大切にしているグリーンコープのおやつを提供します。
- ☆ 保育活動の中にクッキング保育を取り入れ、食材に触れながら調理の楽しさを伝えていきます。クッキングの日は、エプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。
- ☆ 遠足の日は、ご家庭での愛情弁当・飲み物の準備をお願いします。
- ☆ 乳児さんは、一人ひとりの成長段階に応じた食事を提供します。
- ☆ アレルギーをお持ちのお子さんは、医師の指示に応じた食事を提供します。
- ☆ ホームページにて、毎月の献立や食事だより、クッキングの様子などを掲載していますのでぜひ、ご覧ください。



ふじヶ丘保育園

TEL：099-244-1590

FAX：099-244-1517

子育てセンターはらっぱ

TEL：099-244-1365

メールアドレス

harappa@joy.ocn.ne.jp

ホームページアドレス

http://www.fujiho.jp/

※食事のことでご意見・ご相談がありましたら、お気軽に上記までご連絡ください。



～一日のパワーの源！あさごはん！！～

新年度が始まり、生活リズムが不規則になっているご家庭はありませんか？子どもたちの登園の準備やお仕事の準備、掃除に洗濯と毎日、朝から大忙しのご家庭も多いと思います。

保育園では、体をたくさん動かして思いっきり走ったり、踊ったり、また、お散歩に行く日もあります。夏にはプールあそびも始まるなど楽しい毎日が待っています！朝ごはんを食べて元気に登園し、たくさんあそんで、たくさん給食を食べて、たくさん寝て・・・充実した園生活を送りましょう♪

主食は、体のエネルギー源になります。ごはんや食パンなどの主食をしっかり取るように心がけましょう。

忙しい朝には、子どもの好きな味付けのおにぎりを作ってみてはいかがでしょうか。今回は、おにぎりに合うおすすめの具材を紹介します！

🍙かんたんおにぎり🍙

- ☆味付けのり ☆ゆかり粉 ☆さけフレーク
- ☆ふりかけ ☆梅干し ☆ツナマヨ ☆佃煮 etc...



給食室は、西村・西山・春山・島元の4人で担当させていただきます。これからもご家庭とのつながりを大切にさせていただきます。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。