給食について

毎日の食事

・　給食は、自園の給食室で昼食（離乳食）・おやつとも手作りしています。
・　昼食は原則『主食・主菜・副菜・汁物』を提供しています。
　献立は65種類のセットメニューの中から『旬』を大切にしながら選んでいます。
　また、子どもたちの喫食状況を踏まえて、毎月の会議で味付けや盛り付けも
　協議し見直しを図りながら決定しています。
・　味付けはなるべく塩分・糖分を控えめにしています。
　調味料も化学調味料不使用のものを選び、素材の良さが引き立つようにしています。
・　食器は、気を付けて丁寧に扱うことを意図とし陶器を使用しています。
・　２歳児以上はトレーを使い、セミバイキング形式で配膳をしています。
　その日の体調や嗜好、自分の食べられる量を自分で考えて盛り付けています。
・　幼児クラスは牛乳１００ml（紙パック）を食事又はおやつの際に提供します。

使用している食材について

・　地産地消を心がけ、安全な食材の供給を目指しています。
・　主食には栄養価の高い雑穀（黒米・アマランサス・きび・あわ・もち麦）を米に
　混ぜて提供することもあります。
　麺類（うどん・パスタ・そうめん）も国産原料を使用したものを提供しています。
・　ウィンナー、ハム、ベーコンなどは添加物の少ないものを使用しています。
・　豆は非遺伝子組み換えのものを使用しています。
・　味噌や漬物などの保存食を子どもたちと一緒に手作りしています。

食事の時間

	【昼食】	【おやつ】
0歳児（初期～幼児食）	11：00～11：30	14：30～
1歳児	11：15～11：45	15：00～
2歳児	11：25～12：10	15：00～
幼　児（3・4・5歳児）	12：00～12：40	15：15～

※食事の時間はあくまで目安です。保育活動によって多少前後することがあります。

おやつについて

・　０～２歳児には、午前9時頃に牛乳が出ます。ただし、2歳児クラスでは毎年、
　幼児クラスへの進級に向けて1月頃から午前牛乳がなくなります。
・　午後3時頃には午後おやつを提供しています。ゼリー、蒸しパン、トースト、おにぎり
　ヨーグルト、うどん、季節の旬の食材を使ったおやつも提供しています。

補食（夕方）について

・　延長保育利用でお迎えが19時を過ぎ、希望されるお子さんのみが対象です。
　1食　￥200です。夕飯は原則、ご家庭で食べていただきたいため、補食程度の
　内容となります。
・　お弁当日、行事前日は補食の提供はありません。

お弁当日について

・　夏季家庭保育協力期間中に、給食室の大掃除と厨房機器のメンテナンスを行う
　ため、お弁当、水筒、午後おやつを持参していただきます。
・　遠足、野外活動の日もお弁当持参になることもあります。（可能性があります）
・　職員研修等により、土曜保育の方にお弁当を持参していただくこともあります。

水分補給

・　毎日麦茶を提供しています。
　２歳児の後半からは水筒を持参いただき、お子さんが自分のタイミングで水分補給ができるよう、ご協力いただいています。水筒はお子さんが自分で扱うことができ、保冷の効くステンレスのものをご用意ください。

食物アレルギーについて

・　食物アレルギーのある方は、申し出てください。半年に1度指示書をご提出頂きそれに基づいて、アレルギー面談を行います。
　複数のアレルギーをお持ちの場合や園の食器・調味料が使用できない場合は、ご家庭からお弁当を持参いただきます。
・　定期健診等で前回と異なった診断が出た場合は速やかに対応します。
・　アレルギー児の食事は、専用トレーにのせて提供します。
　除去食メニューとして提供し、誤食・誤飲が発生しないよう確認して提供します。
※食事はアレルギー児の命に関わることでもあります。家庭と保育園が連携を密にして取り組んでいます。

マナーについて

・　食事は椅子に座りテーブルに向かって食べます。
・　食事前の手洗い、食事の挨拶、食後のうがいや歯磨きが習慣化するようにしています。
・　0・1歳児は『食べる意欲』を大切にし、『手づかみ食べ』の経験も十分にさせています。個々の発達に応じて食具（スプーン・フォーク・箸）へ移行していきます。
・　2歳児からは、食べた食器の後片付けも自分で行います。
・　幼児クラスの食事は、準備からお当番（園児）が携わります。配膳も保育士や調理担当と協力して行っています。

乳児における　手づかみ食べのすすめ

・　園では、お子さんの発達に合わせて、「手づかみ食べ」や「あそび食べ」を積極的に行っています。
キレイにこぼさず食べることよりも、「食べたい」というお子さんの意欲を尊重し、見守ります。

どうして手づかみ食べが必要なの？

　子どもが上手に食べられるようになるまでには、練習期間が必要です。
手づかみ食べをすることで・・・
①目で食べ物の位置や大きさ・形などを確かめる。
②手でつかむことで、食べ物の固さや温度などを確かめる。
③どの程度の力で握れば適切であるかという感覚の体験を積み重ねる。

この経験が重なると・・・

★　自分自身の一口量の加減を覚える。
★　指先の動きや握りの加減をコントロールすることを覚える。

クッキングや畑での収穫

・ クッキングでは、調理器具の使い方、材料や食材の変化を知る経験をしています。調理に携わることで、食べる意欲にもつながります。
・ 畑では旬野菜の収穫を体験します。収穫の喜びや苦労を味わうことで食材の大切さと食に対する感謝の気持ちを育みます。

大皿料理

・食文化を学ぶ機会として、季節の行事食などを献立に盛り込んでいます。みんなで食卓を囲んで分け合い、思いやりの気持ちを育んでいきます。

月	テーマ	内容	月	テーマ	内容
4月	入園・進級	春にちなんだ お祝いメニュー	１０月	秋	秋の食材を使ったメニュー
	お花見	桜の下でお花見給食 （４・５歳児）	１１月	七五三	子どもに人気の お祝いメニュー
5月	端午の節句	子どもの日にちなんだ お祝いメニュー		味噌開き	手作り味噌を使った メニュー
	新緑	絵本をテーマにした メニュー	１２月	冬至	冬至にちなんだメニュー
6月	噛む	虫歯予防デイにちなんだ 噛む噛むメニュー		クリスマス	クリスマスにちなんだ お祝いメニュー
	夏まつり	夏まつりに向けた 試作メニュー	1月	もちつき	もちつき体験 （幼児からお餅を食べます）
7月	七夕	七夕にちなんだメニュー		まゆだま	新年を迎えた お祝いメニュー
	夏まつり	夏まつり 食事コーナーでの提供	2月	節分	節分にちなんだメニュー
8月	夏野菜	畑の夏野菜を使った メニュー		鍋	子ども達が考えた鍋料理
9月	十五夜	十五夜にちなんだ お祝いメニュー	3月	桃の節句	ひなまつりにちなんだ お祝いメニュー
	絵本	絵本をテーマにした メニュー		卒園	年長児のリクエスト メニュー

※テーマは一例です。保育活動と連動しながら随時検討し実施していきます。

離乳食について（聞き取り票）

この離乳食聞き取り調査票は、当園で使用している食材をすべて網羅しています。数が多く面倒ですが、アレルギーの恐れもありますので、必ずご確認ください。
家庭で食べていない食材は園では提供しません。医師の指示書がない限り代替えもありませんので、必ず食べてください。
ご家庭で食べてみてアレルギー反応等がありましたら、お知らせください。

炭水化物源	米、パン麺類	初期	米・食パン・うどん・そうめん	その他の穀類	初期	小麦粉・強力粉・上新粉・白玉粉・麩
		中期	スパゲティー・マカロニ		中期	春雨・ベーキングパウダー
		後期			後期	
		完了	もち米・中華麺		完了	もち麦・こんにゃく・白滝・コーンフレーク
		幼児			幼児	きび・アマランサス・赤米・黒米・もち
	いも類	初期	じゃがいも・さつまいも・片栗粉	砂糖甘味料	初期	
		中期	コーンスターチ		中期	砂糖
		後期	里芋・山芋・長芋		後期	ジャム
		完了			完了	はちみつ・黒糖
		幼児			幼児	
タンパク質源	豆類	初期	大豆・豆腐・豆乳・高野豆腐・おから・きなこ	卵	初期	卵黄
		中期	納豆・インゲン・小豆・ささげ		中期	卵白
		後期			後期	
		完了	油揚げ・厚揚げ・がんもどき		完了	
		幼児			幼児	
	魚介類	初期	たい・たら・しらす	魚加工品	初期	だし（かつお・昆布・煮干し）・鰹節
		中期	さわら・鮭		中期	
		後期	かじき・赤魚		後期	ツナ缶（まぐろ・かつお）
		完了	えび・桜エビ		完了	はんぺん・ちくわ・カニカマ・さつまあげ
		幼児	ぶり・さんま・さば・あじ・いわし		幼児	
	乳製品	初期	ヨーグルト	肉類	初期	
		中期	粉チーズ・プロセスチーズ		中期	鶏肉（ささみ・胸・もも・挽肉）・鶏レバー
		後期	牛乳・脱脂粉乳・バター・マーガリン		後期	豚レバー・牛、豚赤身・牛、豚挽肉
		完了			完了	
		幼児	カルピス		幼児	
	肉加工品	初期		種実類	初期	
		中期			中期	
		後期	ハム・ベーコン・ウィンナー		後期	ごま・ごま油・オリーブオイル
		完了			完了	
		幼児			幼児	くるみ・カシューナッツ・落花生・アーモンド・栗
ビタミン・ミネラル源	野菜類	初期	白菜・青梗菜・小松菜・ほうれん草・サラダ菜・モロヘイヤ・レタス・キャベツ・きゅうり・大根・人参・玉葱 かぼちゃ・かぶ・なす・トマト・ブロッコリー・カリフラワー・グリーンピース・枝豆・とうもろこし			
		中期	長ねぎ・小葱・アスパラ・ピーマン・パプリカ・インゲン・絹さや・おくら・もやし・ズッキーニ			
		後期	蓮根・ごぼう・セロリ・豆苗・にんにく・生姜・椎茸・しめじ・えのきだけ・舞茸・エリンギ・マッシュルーム			
		完了	にら・たけのこ・三つ葉・春菊・菜の花・パセリ			
		幼児	水菜・よもぎ・ヤーコン			
	果物	初期	りんご・オレンジ・みかん・バナナ いちご・もも	海藻類	初期	あおのり・焼きのり
		中期	すいか・ぶどう・メロン・梨 キウイ・パイナップル		中期	もずく・ひじき・わかめ・寒天
		後期	グレープフルーツ・柿・ブルーベリー		後期	
		完了	レーズン・プルーン・梅・さくらんぼ		完了	
		幼児	いちじく・すもも・桑の実 ブラックベリー・ラズベリー		幼児	とろろ昆布
調味料		初期				
		中期	塩・醤油・味噌・サラダ油			
		後期	酢・みりん・料理酒・ケチャップ・マヨネーズ・コンソメ・カレールゥ・ハヤシルゥ・シチュールゥ			
		完了	中濃ソース・オイスターソース・中華だし・鶏ガラスープ・ゼラチン・ココア			
飲み物		初期	麦茶・ほうじ茶			
		幼児	緑茶			