

令和 6年 4月号



(作成者)管理栄養士 植月 麻幹子



ご入園・ご進級おめでとうございます！

新年度がはじまりました。元気に楽しく毎日を過ごしてほしいです。乳幼児期の食事では、食べることは楽しいこと♪を伝えてゆけるよう取り組んでいきます。



保育所(園)・こども園で提供する食事について

子ども達の成長に必要な栄養素を摂取できるように献立作成・毎日の調理に取り組んでいます。

幼児食(3～5歳児) : 昼食および午後のおやつで、1日の目標とする栄養量の約45%をみたく調整しています。

幼児食(1～2歳児) : 昼食および午後のおやつで、1日の目標とする栄養量の約50%をみたく調整しています。

離乳食(3～4段階) : 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、形態・分量など個人差を考慮します。

午前のおやつ(1～2歳児) : 胃が小さく3回の食事のみでは必要な栄養を補えません。また、遊び食べやむら食いなど安定して栄養をとることができないため、昼食に影響しない量で午前中のおやつを用意しています。

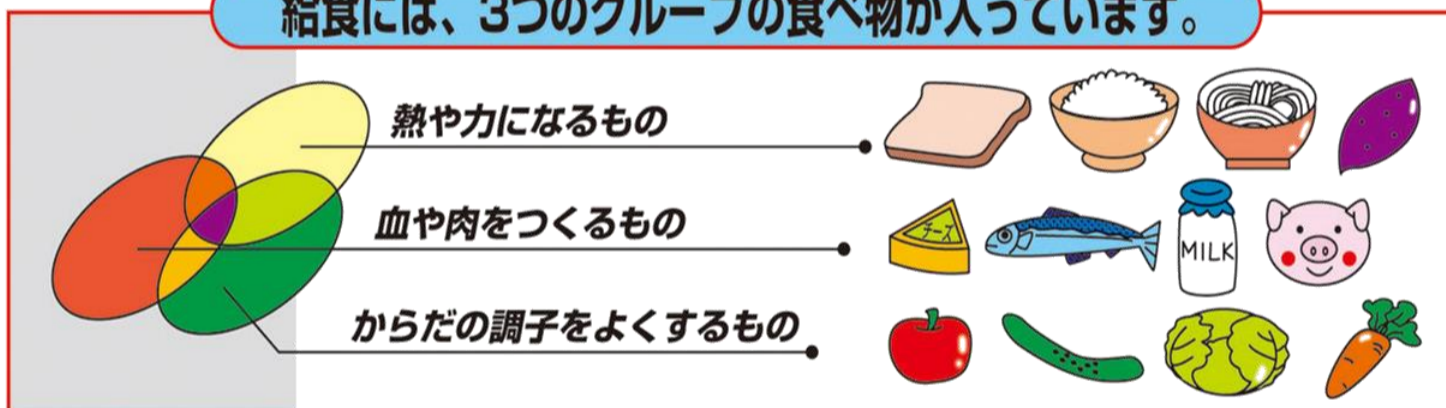
午後のおやつ(1～5歳児) : 栄養補給の目的の他、食べる事の楽しみや喜びを体験できる時間をつくります。

アレルギー対応食 : 医師の診断(生活管理指導表)に基づき実施しています。栄養の偏りが無いよう調整します。

行事食 : 季節の行事や伝統行事をいつもと少し違った給食・演出で楽しめるよう工夫しています。

- ★ 厚生労働省の食事摂取基準に基づき、安心・安全で栄養バランスの取れた給食作りを心がけています。
- ★ 元気な体、食べる楽しさ、食事のマナー、食文化など、生きる基本である食育(食教育)に取り組んでいます。

給食には、3つのグループの食べ物が入っています。



こんだて表の確認をお願いします

『保育所におけるアレルギーガイドライン(厚生労働省)』では、基本的に保育所(園)で「初めて食べる」食物がないよう保護者の方々と連携することとされています。毎月の給食こんだて表をご確認頂き、食べたことない食材がある場合は、ご自宅で事前に食べてみて体調の様子をみてください。2回以上食べて頂き、問題がなければ 給食でもお友達と同じ食材を安心して食べさせてあげることができます。

- ★ 離乳食においては、初めて食べる食材は1日1回1さじ程度からスタートし2日ほど問題なく摂取できれば増量していきます。
- ★ 食物アレルギーがある場合は、『アレルギー疾患生活管理指導表』に基づき提供します。
- ★ すでにアレルギーをもっている。兄弟姉妹にアレルギー児がいる場合など、初めて食べる食材を進めるうえで心配がある場合は医師に相談しながら摂取を進めていきましょう。



～給食を食べて 初めて食物アレルギーを発症するケースが報告されています
安全な給食を提供していくために、ご協力をお願い致します～