



食育だより4月号

令和8年4月1日
国立ひまわり保育園



ご入園、ご進級おめでとうございます



色とりどりの草花に見守られ、新たな一年が始まりました。
子どもたちの健やかな成長を願い、安心安全で美味しい給食を届けていきます。今年度もよろしくお願いたします。

～4月の食育目標～

- ・新しい環境の中で食事を楽しむ

保育園での食事について

和食を中心とし、だし汁や素材のうまみ、素材の自然な甘みを活かし、安全で、おいしく栄養価に富んだ食事の提供に努めています。子どもの咀嚼や嚥下機能などの発達に応じて、食材の種類、量、大きさ、固さ、食具などを配慮し食に関わる体験が広がるよう工夫しています。

◎給食サンプルの展示

その日に提供した献立の実物を展示しています。お迎えの際にご覧ください。「給食どうだった？」などとお子さんに聞くことで、食への興味の育ちに繋がります。

(衛生面の観点から、土曜日や祝日の前日は写真での掲示となります。)

◎食事のマナーについて

子どもにとって食事時間は、楽しい時間でありたいものです。マナーを優先しすぎて窮屈になってしまうと、食事そのものが嫌な時間になってしまいます。

体への栄養と共に、心も健やかに成長していくような食育に職員一同取り組んで参ります。



魚や豚肉でもおいしいですよ！ヨーグルトの代わりにマヨネーズでもおいしいですよ。保育園ではマヨネーズは卵不使用のものを使用致します。

<4月の行事食>

4月30日(木) こいのぼり献立



～保育園のレシピ紹介～

タンドリーチキン



★材料★ (大人2人子ども2人分)

- ・鶏もも肉 250g位
- ・カレー粉 1.2g
- ・塩 1.2g
- ・ヨーグルト無糖 50g
- ・ケチャップ 20g
- ・にんにく・生姜チューブ 0.5cm位

★作り方★

- ① カレー粉～にんにく生姜を合わせておく。
- ② ①に鶏肉を入れ10分くらい漬ける。
- ③ フライパンに油をしき、焼いていく。