



# 給食だより

令和6年4月 連島こども園

## ご入園、ご進級おめでとうございます！

いよいよ新年度がスタートしました。

食べることは、生活していく上でとても大切なこと！それ以上に、楽しいこと！ということ子ども達と共に実感できる1年にしていきたいと思えます。

前年度に引き続き、子ども達が給食を楽しみにしてもらえよう日々の子どもの声に耳を傾けながら、安心、安全な給食の提供を心がけていきたいと思います。

### 給食のおいしさと楽しさ

乳幼児期は「食を営む力」の基礎を築く大切な時期です。子どもたちは生活と遊びの中で、食の楽しみを知り、様々な体験をしながら、社会性を育み、健康な食事をおいしいと感じることができる「嗜好」と「食習慣の基礎」を培います。園では毎日の給食こそ「食育教材」として位置づけ、食事支援を行っていきます。

#### ★おいしさの理由



##### 1, 主食・主菜・副菜のそろったおいしさ

ご飯を中心に、主菜（肉・魚など）と副菜（野菜・いも・海藻など）を組み合わせ、栄養的にも味的にもバランスのよい給食を提供します。

##### 2, 新鮮な素材のおいしさ

旬の食材は栄養価が高く、おいしさも格別。季節の様々な食材を積極的に取り入れて、正しい味覚と嗜好を育てます。

##### 3, 大量に作るおいしさ

たくさんの食材を大量に調理することで、それぞれの食材のうま味が凝縮し、特別なおいしさが引き出されます。

##### 4, 毎日出来立てのおいしさ

適時・適温はおいしさの必須条件！園では子どもたちの食べる時間に合わせて、おいしい給食を作ります。

##### 5, 咀嚼・嚥下機能に合わせたおいしさ

咀嚼・嚥下機能が未発達な子どもたちが、無理せずおいしさを楽しめるように、食べ物の大きさやかたさを調整します。

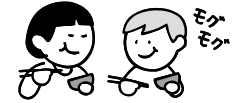
##### 6, 出汁をベースにしたおいしさ

和食の「出汁」をベースにし、子ども達にとって安心できる風味とうま味でいろいろな食材に挑戦する機会を増やします。

##### 7, 感謝する気持ちから生まれるおいしさ

食材を育む自然、食べ物を作ってくれる人、食べ物を届けてくれる人、調理をしてくれる人を身近に感じることで、食べ物をいただくことへの感謝の気持ちを育みます。

#### ★楽しさの理由



##### 1, 食事を待ち望む楽しさ

お友達と一緒に、今日の給食を楽しみにしながら過ごします。

##### 2, お友達と一緒に食べる楽しさ

食の楽しさは、人とのコミュニケーションから生まれます。子ども達は、お友達と一緒に食べる体験を通して、社会性を育みます。

##### 3, 食にまつわる体験の楽しさ

「給食」を中心として、食への関心・意欲を高める活動を積極的に取り入れて、食を楽しむことができるように支援します。

##### 4, 食文化に触れる楽しさ

園では日本の年中行事に合わせた食事を提供します。子ども達は行事に込められた思いを知ること、身近に感じ、それが生きる上での豊かさ、楽しさにつながります。

### 当園の給食について

例年通り、市の共通献立を使用しながら、子ども達のリクエスト献立も取り入れていきます。

（3歳以上のクラスよりリクエストを聞いています。）知りたいメニューなどありましたら担任、栄養士にお尋ねくださいね。

また、クッキングや栽培、食材に触れるなど、身近に『食べること』が感じられる活動をしています。

