

4月給食たより

令和2年4月1日
かすみ台第二保育園
栄養士 栗原 豊林

ご入園、ご進級おめでとうございます

給食は、子どもたちの成長を考えて、エネルギー量や栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れてつくっています。また、安全安心な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。今年も1年間、よろしくお願いいたします。



いただきます

ごちそうさま



「命をいただく」という意味もめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、けじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。



朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べると、体が目覚め、脳が活発に働き、排便を促す効果が期待されます。ぜひご家庭でもしっかり朝食をとって、登園して下さい



園で食事を手作りしています

当園では調理室で、給食・おやつを手作りしています。栄養バランスを考えて旬の食材を用いた献立を作っているため、お子さんに安心して食べていただけます。毎日、心を込めて作りますので、どんな献立が出てくるか楽しみにしてください。



保育園での栄養目標量

3歳以上児	3歳未満児
エネルギー	エネルギー
580cal	490cal
たんぱく	たんぱく
21.5g	18.5g
脂質	脂質
18.0g	16.0g
塩分	塩分
2.5g	2.0g