



給食だより

令和8年5月29日
認定こども園 美深町幼児センター

いよいよ運動会シーズンがやってきました。子どもたちは連日一生懸命練習しています。頑張る力は食事から。朝食は午前中の活動のエネルギーとなります。主食・主菜・副菜を意識したメニューにすることで、食べ物に含まれる栄養素のもつ力を最大限発揮できるようにしていきましょう。

さて、6月は食育月間です。子どもたちが健康的で豊かな人間性をはぐくむために、様々な食経験と知識を深めていけるよう、園全体でサポートしていきたいと思っています。

自分でできる！ 家族と取り組む！ 食品ロスを減らす工夫

家庭の食品ロスを減らすためには、必要なものだけを購入し、余った食材や料理は別の料理に活用して食べきるようにします。また、加工食品の期限表示を正しく理解することが大切です。家族で協力して取り組みましょう。



食べられるのに捨てられる

食品ロス



食品ロスは食べ物が無駄になり、とてももったいないことです。減らすために1人ひとりができることをしましょう。



環境にやさしい
クッキング

調理をする時に、環境のことを考えて、工夫をしましょう。

<p>水を出しっぱなしにしない</p>	<p>火加減を調節する</p>
<p>食べきれぬ量をつくる</p>	<p>油をふいてから洗う</p>
<p>生ごみは水をよく切る</p>	<p>冷蔵庫の開閉は少なくする</p>

第1回目の給食試食会を開催しました

今回は2日間合わせて14名のお申込みがありました。子どもたちの食事の様子と調理室の作業風景をスライドで流しながら、試食をしていただきました。園生活を頑張っているお子さんの様子を見つつ、丁寧に作られている調理室の様子もご覧いただき、会話も弾んでよい憩いの場になっていたように感じます。参加者からは、「野菜が小さく食べやすい」「手作業が多く、手間がかかっていることがわかりました」「家ではなかなか出せないサクサクやカリカリの食感を味わえて勉強になりました」などおおむね好評価をいただきました。第2回は2月18日・19日を予定しています。今回ご都合がつかず来られなかった方はぜひ次回のご参加をお待ちしています。



食事マナーと箸のマナー

きりん組にて栄養士による食に関する指導を行いました。内容は食事マナーと箸のマナーについてです。食事マナーの確認と箸を使うときのマナーについて栄養士が実践しながらダメなところを答えてもらうクイズ形式で行いました。悪いマナーを見せた後、「こんなことしてる人いないよね？」と聞くと、元気よく「はい！ やってる！」と答えてくれる子も…。やってはいけないことだとわかっていても気が抜けるとついつい姿勢が崩れてしまうようです。毎日少しずつでも意識しながらカッコいいきりん組さんを目指して頑張ってください。

