



認定こども園おおやち 4月 栄養士 竹中

ご入園・ご進級おめでとうございます！はじめはドキドキの新しいクラスかと思いますが、たくさん食べて子どもたちが元気いっぱい園での生活を楽しめますように♪



## ～認定こども園おおやちでの給食～

園の給食の献立内容は、2週間サイクルが基本となっています。これは、幼児期の子どもには、食べ慣れない献立や見慣れない食材を食べ進められない様子が多く見られることから、徐々に食べ慣れ、親しんでいくことでおいしさを知り、食べることができる食材や料理を少しずつ増やせるようにするためです。特に4月は、クラスが変わったり担任の先生が変わり、なかなか給食を食べ進められないこともあるかもしれませんが、新しい生活に慣れ、お友達と一緒に食事をする中で、だんだんと食べられるようになっていけるよう、給食室・保育者ともに連携してサポートしていきますので、ご家庭でもぜひ園での給食のお話をお子様にきいてみてください♪

●1～2歳児の給食・・・小さい体でも、成長や日々の活動にたくさんのエネルギーを必要としますが、胃も小さく噛む力も未熟なことから、午前おやつ・昼食・午後おやつと3回に分けて提供します。

●3～5歳児の給食・・・噛む力もついて、自分で上手にスプーンやフォーク・箸をつかって食べられるようになりますが、一度にたくさん食べるのはまだ難しい年齢です。給食を“完食できた”達成感を身にかけてもらうため、基準量から子どもたちが自分で食べられる量に調整し提供しています。



今年度も給食室一同、どうぞよろしくお願ひ致します！



**Q:春が旬の野菜の中で、「世界最古の農産物」と言われているのはどれでしょう？**

① たけのこ

② キャベツ

③ そら豆

答え…ピラミッドやトロイの遺跡など、いくつもの有名な古代遺跡からそら豆の化石がみついていることから、最古の農産物と言われています。日本には奈良時代にインドから僧侶が持ち込んだとされています。そら豆は春～初夏にかけてが旬！スーパーなどでみつけたら、お豆の大きさやサヤの中はどうなっているかなど、お子様と観察してみるといいかもしれません♪