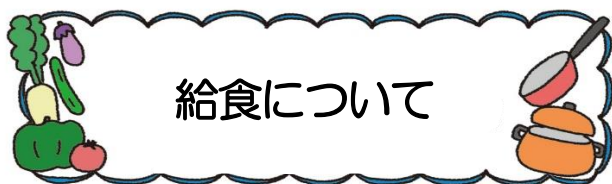




# 給食だより

令和6年3月22日 しあわせの丘こども園

ご入園・ご進級おめでとうございます。給食には、お友だちと同じものを食べるという喜びがあります。早く園生活に慣れ、お友だちとの食事の時間が待ち遠しくなったり、ほっとする時間になるように願っております。



当園の給食は、旬の食材を積極的に取り入れています。旬とは、それぞれ1番おいしく、栄養価が高くなる時期のことをいいます。4月には、たけのこやスナップエンドウなどが登場します。

また、肉、魚、野菜などの生鮮食品の多くは国産のものを使用しています。堺産のほうれん草や油揚げなどを使うことも多く、安心安全な食材を選んでいきます。

環境や地域の活性化のためにもぜひ生産地を見ながらお買い物をしてみてください。

## 今月の旬の食材

- スナップエンドウと豚肉のソテー
- 春野菜のかき揚げ (そらまめ、新玉ねぎ)
- たけのこごはん
- いちご
- 玉ねぎのスープなど
- じゃがいものみそ汁
- 肉じゃが
- ポテトサラダなど



園では、様々な食育活動に取り組んでいます。

畑の野菜を収穫しに行ってもらい、給食で使用したり、旬の食材を見たり触れたりしてもらいます。また、キンダーさんになると、食べ物の栄養や旬の野菜の話、おはしの持ち方などを勉強したり、行事の食事や季節の食材を使用したクッキングなどを行っています。

1年間の食育活動を通じて食べる楽しさや作る楽しさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、子どもたちの「食の世界」を広げていきたいです。

## 給食室からのお願い

毎月20日に食材がすべて記載された献立表をお配りしています。献立表に目を通していただき、園で初めて食べる食材がないよう、ご協力お願いいたします。



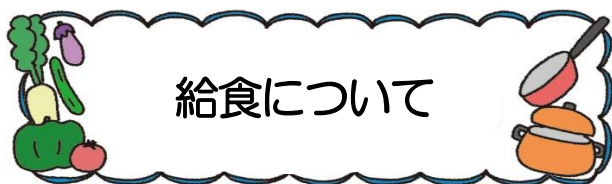
	エネルギー (kcal)	脂質 (g)	たんぱく質 (g)
目標量	574	15.9	22.9
摂取量	514	17.0	21.6



# 給食だより

令和6年3月22日 しあわせの丘こども園

ご入園・ご進級おめでとうございます。給食には、お友だちと同じものを食べるという喜びがあります。早く園生活に慣れ、お友だちとの食事の時間が待ち遠しくなったり、ほっとする時間になるように願っております。



当園の給食は、旬の食材を積極的に取り入れています。旬とは、それぞれ1番おいしく、栄養価が高くなる時期のことをいいます。4月には、たけのこやスナップエンドウなどが登場します。

また、肉、魚、野菜などの生鮮食品の多くは国産のものを使用しています。堺産のほうれん草や油揚げなどを使うことも多く、安心安全な食材を選んでいきます。

環境や地域の活性化のためにもぜひ生産地を見ながらお買い物をしてみてください。

## 今月の旬の食材

- スナップエンドウと豚肉のソテー
- 春野菜のかき揚げ (そらまめ、新玉ねぎ)
- たけのこごはん
- いちご
- 玉ねぎのスープなど
- じゃがいものみそ汁
- 肉じゃが
- ポテトサラダなど



園では、様々な食育活動に取り組んでいます。畑の野菜を収穫しに行ってもらい、給食で使用したり、旬の食材を見たり触れたりしてもらいます。また、キンダーさんになると、食べ物の栄養や旬の野菜の話、おはしの持ち方などを勉強したり、行事の食事や季節の食材を使用したクッキングなどを行っています。

1年間の食育活動を通じて食べる楽しさや作る楽しさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、子どもたちの「食の世界」を広げていきたいです。

## 給食室からのお願い

毎月20日に食材がすべて記載された献立表をお配りしています。献立表に目を通していただき、園で初めて食べる食材がないよう、ご協力お願いいたします。

## 4月の平均栄養価 (3-5歳 昼食+おやつ)

	エネルギー (kcal)	脂質 (g)	たんぱく質 (g)
目標量	574	15.9	22.9
摂取量	514	17.0	21.6