

給食について

健康な心と身体づくりは、子どもの健やかな成長には欠かせません。

最近は忙しい現代人に便利なモノが、いろいろとたくさん出回っていますが、子どもたちには、なるべく本当に大切なもの、おいしいものを提供したいと心がけています。

また食事は、ただ単に栄養を取り入れるというだけではありません。大好きなお家の人やお友達みんなと食べる食事は、喜び、安心など心を豊かにしてくれます。楽しく、何でも食べて、丈夫な心と身体が育つよう、まこと保育園では次のことを配慮しています。

1 献立づくりに際しては

- ・江東区の献立を基本に、当園独自のアレンジで日替わり献立を作成しています。
- ・おいしく、美しく、季節に合った、バラエティーに富んだものを心がけています。
- ・栄養及び量のバランスを考慮して作成しています。
- ・米食を基本としています。
- ・離乳食は、個々の月齢に合わせて献立を調整しています。また牛乳・卵などについては、1歳の誕生日以降から徐々にあげるようにしています。
- ・おやつは手作りメニューを心がけています。
- ・健康の基本となる「噛む」体験を重視しています。

2 本物の味、感覚を知ってもらいたいので

- ・食器は陶器のものを使用しています。
- ・素材の味を生かすよう、また味覚を育てるよう、薄味にしています。
- ・みそ、しょうゆ、砂糖などの調味料は無添加物を使っています。

3 現代の食生活でとりにくい栄養や、不足しがちな栄養を補助しています。

- ・カルシウム増強のため、お料理にスキムミルクを使っています。
(シチュー、カレー、クッキー、など)
- ・肝油を週3回以上供しています。(ビタミンA、ビタミンD)
- ・食物繊維を多く含む食品(豆類・麦など)を多く献立に取り入れています。
- ・ごはんは、胚芽米・麦飯も提供しています。(ビタミンB1)

4 ミルク・離乳食について

- ・ミルクは園で用意します。
- ・冷凍母乳のご希望などもご相談に応じます。
- ・月齢を考慮しながら、個々に応じて離乳食を開始していきます。

5 除去食について

食物アレルギーのお子様には除去食の対応をしていきます。

「保育所生活管理指導表」を医師に記入してもらい、ご提出ください。入園時に保育士と栄養士と保護者の方との相談の上、進めていきます。宗教上の食事制限にも対応します。

6 補食（延長食）について

延長保育対象のお子様には 18 時 20 分頃に補食を提供します。

7 献立表について

献立表、離乳食献立表については毎月末に配布します。

サンプルケースにその日の給食を展示しますので献立表と共に是非ご覧ください。