

⑦ 食事と離乳食 ～食育（食を営む力を培う）～

（１）食事は保育の柱です

子どもの生活の中の三大要素「遊ぶ」「眠る」そして「食事」です。当園では、月曜日から土曜日まで完全給食です。乳児には午前のおやつとして昼食の妨げにならない程度のもの、午後のおやつは乳幼児ともに軽食を出しています。食事は何よりも楽しい一時でなくてはなりません。食事を通して身につく様々な事柄は、その子の将来にわたり肉体的・精神的にも影響を与えるものです。明るく楽しい食事の場からさまざまな食事マナーを伝えて行けるよう工夫していきたいと考えています。

※子どもの食生活は、園だけでなく御家庭でも同じ配慮が必要です。朝食をしっかりと食べ、元気に遊べる体で登園しましょう。朝食は1日の活力源であり生活リズムを整える大きな役割をもっています。



延長保育時間では

- ・ 18時以降19時半まで・・・家族揃っての夕食の妨げにならないような手作りのおにぎりやパンを補食として提供しています。
(土曜の突然の利用の際は、クラッカーなどの提供となります。)
- ・ 19時半以降20時まで・・・一汁二菜のバランスの良い夕食を提供しています。

給食では

- ★季節の味覚を大切に、国産で新鮮な旬の食材を採り入れた薄味の手作りメニュー、添加物をなるべくさけた食品、天然のだし、鶏ガラスープなど安全な食品を使用するよう心がけています。
- ★幼児食は10時30分前後に盛り付けにかかります。その為、2時間後の12時30分には処分するようにしています。遅刻で登園される場合は、ご家庭で昼食を摂ってきていただく場合があります。
- ★咀嚼の発達を促すために、噛みごたえのある小魚や、根菜、ひじき、こんぶなどを提供しています。
- ★安定感とぬくもりのある、陶器の食器・木のお椀・箸を使っています。
- ★通常の給食メニューの他に、行事食、おたのしみメニュー、お別れパーティーなども行なっています。
- ★毎日の給食を玄関横に展示しております。お帰りの際にご覧下さい。量や味付けについてお尋ねになりたい方、作り方のレシピを知りたい方はおっしゃってください。

保育の中で

- ★幼児の昼食は、各クラスで準備から片付けまで生活の一部として子どもたちが行います。また、天気の良い日などにランチルームの扉をオープンにして楽しい雰囲気です。食事をいただきます。
- ★子ども達での栽培、収穫をして野菜そのものの味をいただいたり、クッキング保育を通して素材に触れたり、調理していく上で変化に気づいたり、出来たという満足感を得る。そして食べ物への関心と感謝の気持ちや食べることの大切さを伝えていきたいと考えています。
- ★献立表を1ヶ月単位で事前にお配りしますのでご家庭での献立の参考にして下さい。なお、ピクニック・遠足等で年に数回は、お弁当を持って来ていただく日がありますので、ご協力をお願いします。