



2025年4月1日
社会福祉法人 尚徳福祉会
保土ヶ谷保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます

朝夕の冷え込みも少しずつ和らいできました。まだまだ寒暖の差があるので、栄養と休養をとりながら体調に気を付けていきたいですね。子ども達の「おいしかった！」の声がたくさん聞けるように、また、苦手な食材が少しでも好きになってもらえるように、工夫しながら給食を作っていきます。よろしくお願いします。



いただきます ごちそうさま

保育園の昼食、おやつ(乳児は午前おやつを含む)で、幼児は1日の食事摂取量の約40%、乳児は約50%を目安に摂取するように献立を作成しています。旬の食材を使用し、季節を感じるような献立を心掛けています。4月は、春キャベツ、新人参、新玉ねぎなどを使用する予定です。

保土ヶ谷保育園では、主菜となる魚の献立を週1~2回程入れます。魚は、噛んでいるうちに水分がなくなり、呑み込めず口の中にとめてしまうこともあります。回数を重ねるごとに、食べ方を覚えていくので、いろいろな魚を使用していきたいと思っています。また、和え物や煮物などの和食を組み合わせ、脂肪を摂りすぎないようにし、素材の味を大切にするために、かつお節や昆布でだしをとり、その旨味を上手に使いながら薄味を心掛けています。

今年も様々な食育を行い、食がより身近に子ども達の心に根付くように考えていきたいと思えます。



離乳食

母乳やミルクで成長してきた赤ちゃんが様々な食べ物と出会い、上手に食べる練習をしていくのが離乳食の時期です。保育園では職員一同で連携し、ご家庭の様子も伺いながら子どもの食べ方を見て、消化・吸収の発達に合わせて少しずつ進めていきます。ご家庭で迷うことがあればいつでもご相談ください。

旬を伝えよう!

たけのこ



春の訪れを感じさせる「たけのこ」。
4~5月頃に旬を迎えるのは「孟宗竹」と呼ばれる品種だそうです。口に入れると柔らかく香りがよいのが特徴です。
この季節ならではの食材を、食卓にとり入れてみませんか。