



2021年 4月1日発行  
社会福祉法人 尚徳福祉会  
保育園与那原ベアーズⅡ

ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食作りを目指します。お部屋の移動や新しい担任・お友だちなど環境に慣れるのに精いっぱいだと思います。早く園生活に慣れ、お友だちとの食事が待ち遠しくなったり、ホッとする時間になるように願っております。

1年間よろしくお願い致します。



### 保育園の給食

#### 離乳食

一人一人月齢にあわせて作ります。初めての食品については、アレルギーの問題等もありますので、ご家庭での様子もお伺いしながら進めていきます。ご協力よろしく申し上げます。

#### 幼児食

給食では「昼食+おやつ」を提供しています。

1~2才児 午前のおやつ+昼食+午後のおやつ 1日の栄養量の50%を給与目標としています。

3~5才児 昼食+午後のおやつ 1日の栄養量の45%を給与目標としています。

おやつは1日の栄養量の10~20%程度を目安にしています。



### 主なアレルギーについて

卵、牛乳、小麦、そば、落花生はアレルギー発症例が多く、5大アレルギーといわれています。なかでも卵、牛乳、小麦は離乳食から使用できるので3歳頃までにアレルギーが判明することがほとんどです。

#### 与えるときの注意点

- はじめて与える食材は、子どもの体調が良いときに種類を1さじから与える。
- そばや落花生は、身体が成長してくる3歳以降に与える。
- 食事中や食事後に、口の回りが赤くなったり、かゆそうにしたりと、ふだんと違う反応があれば受診する。

アレルギーのお子様はお知らせください。除去食なども行いますが、その際は必ず医師の診断を受けていただき、診断書の提出が必要となります。

### 旬の食材

- アスパラガス きくらげ  
みつば さやえんどう  
たけのこ いちご