



令和7年3月31日  
 社会福祉法人 見真会  
 明光保育園  
 栄養士 田川、濱田  
 調理員 住田、藤本

# 4月の給食だより

ご入園・ご進級おめでとうございます！

春の風がふきぬけ、桜の花も各地で見ごろを迎えています。  
 4月は、子どもたちは、入園、進級を迎えて、わくわく、ドキドキのスタートです。  
 給食室では、毎日の給食が、保育園生活の大きな楽しみの一つとなり、健康な生活の基本となる「食を営む力」が育まれるよう、献立づくり、調理、食育活動を行っていきます。  
 献立では、季節の料理に加えて、日本の郷土料理や世界の料理を取り入れ、調理では衛生管理を徹底し、食育活動では、幼児クラスを中心にクッキング体験や食材、栄養、健康の知識について楽しみながら体験と学習を深めていきます。  
 乳幼児の食やアレルギーについての、ご質問、ご相談にもお応えをさせていただきます。

## …明光保育園の給食の特徴は(1)…

### 種類が豊富な献立です！



野菜料理を中心として、ご家庭ではあまりなじみのない献立も積極的に取り入れています。  
 乳幼児期は、好き嫌いが多くなりがちですが、ご家庭では食べることの少ない色々な味や苦手な食材も提供していきます。多様な食の経験を繰り返すことで、たくさんの種類の献立や食材の味を知り、慣れ、親しみ、食事の大切さ、楽しさ、味覚が感じられるようにと思いを込めています。

### 旬の食材を大切にします！



おいしく、栄養価の高い給食を提供するため、季節の旬の食材を積極的に取り入れています。  
 旬の食材をとおして季節の変化や地域の名物料理を知ることでもあります。  
 市場にたくさん出回るのので値段が比較的安いのも魅力です。



## 4月の食育活動 春野菜を知ろう、触れよう、食べよう！

4月から幼児クラスを毎週回って、食材、栄養などについて学習する食育活動を計画的に展開していきます。

4月は、春が旬のキャベツやアスパラ、新玉ねぎなどの野菜に触れて、香りをかいで、触って手触りの違いを体験し、給食を食べてみて食材への興味や関心を高めることを目指します。

春野菜は、みずみずしくてやわらかく、食べた時に独特な苦味があることなどを伝えます。

また、ビタミンやミネラルなどの栄養素が豊富なことも伝えていきます。

これに加えて、栄養士や調理員が子どもたちと一緒に給食を食べながら、給食や調理などにかかわる話題を提供していきます。



## ☆☆世界の献立紹介☆☆

### 《ポルトガル料理》



-4月4日(金)-  
 ~ガルドベルテ~

「緑のスープ」という意味です。

主な材料は、千切りしたケールやじゃが芋、チョリソーですが、給食ではほうれん草とウイナーを使います。



### 《エジプト料理》



-4月8日(火)-  
 ~ゴジャリ~

「混ぜ合わせる」という意味です。

ご飯にマカロニ、野菜、豆をのせてトマトソースをかけて混ぜた料理です。