

ご入園、ご進級、おめでとうございます。子どもたちに給食や食育活動を通して、食への興味や意欲を育てていきたいと思っております！1年間、よろしくお願いいたします。

給食について

給食は子どもに必要な栄養素を補給するだけでなく、先生やお友達と一緒に食事を楽しみ、生きる力の基礎を育てています。

ニチイの給食は手作りを基本とし、旬の食材や行事食なども取り入れています。また献立は2週間のサイクルメニューを取り入れています。

同じメニューを繰り返し、味や食材に慣れることで安心感が得られ、自ら食べようとする意欲を育てています。

旬の食材



しらす

しらすはイワシやイカナゴの稚魚の総称。丈夫な歯や骨を作るのに重要なカルシウムが豊富で、カルシウムの吸収をサポートするビタミンDもたっぷり含まれています。

さやえんどう

ビタミンCやカロテン、食物繊維が豊富に含まれています。調理するときは、火を通しすぎると色や食感が悪くなり、栄養価も損なわれてしまうので、短時間で加熱するようにしましょう。



甘夏

疲労回復効果が期待できる、ビタミンCやクエン酸がたっぷり含まれています。選ぶ時は、皮にツヤとハリがあり、手に取ったときにずっしりとした重みを感じるものがおすすめです。

3月の食育活動

1年の締めくくりということで、子どもたちに人気のカレーや唐揚げなどの献立でバイキングを行いました！

おかわりを楽しみ、異年齢での食事を楽しみました。

