

食育だより



ピノキオ幼児舎

2023年度4月



ご入園・ご進級おめでとうございます。暖かな春の陽気と共に、新年度がスタートしました。入園したお友達は、期待と不安で緊張していることと思います。少しずつ園に慣れ、お友達との食事の時間が楽しいものとなるよう心配りをしていきたいと思います。進級したお友達は、いろいろな食材にチャレンジしながら、これからも一緒に楽しい食事の時間を過ごしましょう！

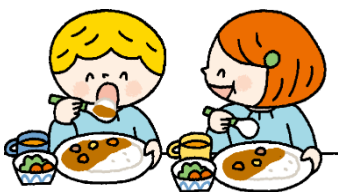
ピノキオ給食～3つのお約束～

- その1・たのしく たべましょう！
- その2・かんしゃして おいしく いただきましょう！
- その3・からだ げんき になりましょう！

ピノキオ幼児舎各園では、子どもたちが楽しい園生活を送れるように願っています。そして、ピノキオ給食～3つのお約束～のもと、「子どもたちが楽しく食事をする事」がピノキオ幼児舎の食育です。

献立は、米を主とした和給食を基本に洋食、中華の良さも取り入れたサイクルメニューとなっています。また、味覚の発達を促せるように、旬の素材を取り入れ薄味を心がけています。月に同じ献立を2回実施するサイクルメニューは、食べ慣れないメニューにふれる機会を増やし、食べられるようになることがねらいです。

離乳食は、ご家庭での様子をうかがいながら子どもの食べ方も見て、消化・吸収の発達に合わせ少しずつ進めていきます。ご家庭で迷うことなどあれば、いつでもご相談ください。



玄関に献立のサンプルを掲示しています。お帰りの際は是非ご覧になって下さい。

朝ごはんを食べよう

朝ごはんには脳と体を目覚めさせ、体温をあげる働きがあります。朝は食欲がないというお子



さんもいると思いますが、食べやすいものを少量からとる、食べやすいものでメニューを固定するなど、無理せず習慣化できるといいですね。

ご存じですか？

食育ピクトグラム

「食育ピクトグラム」とは、農林水産省が作成した食育の取組を子どもから大人まで、誰にでもわかりやすく伝えるための絵文字です。食育における代表的な12の取組について表現されています。

今年度は少しでも食育を身近に感じてもらえるよう、その12個のピクトグラムを毎月ご紹介していきます！



今月の食育ピクトグラム

1 みんなで楽しく食べよう



家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気になりましょう。

家族や友人など、だれかと一緒に食事することを「共食」と言います。みんなで食事をする事も食育です！コロナ禍での食事は、会話を控えるなど食事の時間も感染症と上手に付き合う必要があります。感染症対策をしながら、家族や友人との共食の時間を楽しみましょう～♪