



# 食育・健康だより

トベラこども園 令和4年4月発行

ご入園・ご進級おめでとうございます。新入園のお友だちはドキドキの毎日ですね。トベラこども園では、いろいろな経験を通してみんなで食べる喜びや食事に興味が持てるような環境づくりに努めています。

## 今月のテーマ：こども園の給食

こども園では、健康の維持と身体の発達に必要な栄養を補給できる給食を提供しています。また食事の準備やあいさつ・お手伝い・野菜の栽培など様々な食に関する体験や指導を通して、乳幼児からの望ましい食事のとり方や食習慣の定着、豊かな人間性の育成を目指しています。



元気に遊べるからだ作りのための  
栄養バランスの整った食事



食事の準備をしたり、  
マナーを身につけたりする



野菜の栽培など食に関心が持てる活動



友だちと一緒に食べる経験

## 0, 1, 2歳児の給食

朝のおやつ



昼食

(ご飯とおかずの完全給食)

3時のおやつ

(おやつと  
スキムミルク、又は牛乳、乳飲料)



## 3, 4, 5歳児の給食



昼食 (ご飯とおかずの完全給食)

※炊き立てのご飯をお茶碗によそって  
提供しています

※保育園部は3時のおやつがあります

◆こども園では、良質なニュージーランド産のスキムミルクを使用しています。牛乳に比べて脂肪が少なく、タンパク質やカルシウムが多く含まれています。

◆降園時、玄関前に献立BOXを設置し、実際に食べたメニューを見ていただけるようになっています。



こども園では、できる限り手作りの給食を提供しています。給食に出る食材をお家でも食べてみましょう。

家庭でも献立表を参考に作ってみてくださいね!