



トベラこども園  
令和5年4月発行

### 楽しく食べる子どもに...

食事は、楽しく食べることがいちばんです。  
汚れや偏食など気になることはあっても、まずは食べる  
楽しさをじゅうぶんに味わうことが大切です。

## 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。



お腹がすくリズムを作りましょう

### 栄養と豊富な食材

子どもは体の大きさのわりに多くの栄養量を必要としています。  
また、食事だけでは摂取しきれない栄養量を補うために、おやつがあります。  
給食ではさまざまな種類の食材を豊富に取り入れ、バランスよく栄養補給をしています。



食事作り、準備も一緒に！



一緒に食べましょう

#### 【0,1,2歳児の給食】

- 朝のおやつ（乳製品・果物など）
- 昼食（白飯とおかずの完全給食）
- 3時のおやつ（おやつ+スキムミルク又は牛乳、乳飲料）



#### 【3,4,5歳児の給食】

- 昼食（白ご飯とおかずの完全給食）
- ※白飯をお茶碗によそって提供しています。
- ※保育園部、幼稚園部預かり保育は3時のおやつがあります。（おやつ+スキムミルク又は牛乳、乳飲料）



食べ物を話題にしながらいろいろな食材に親しみましょう

- ◆トベラこども園では、地元農家の方が丹精込めて育てたお米を使用しています。精米したて・炊きたて・よそいたてのご飯を提供しています。
- ◆3時のおやつには、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。

