



～毎月19日は食育の日～

大田区保育サービス課
区立保育園栄養士

ご入園、ご進級おめでとうございます。乳幼児期は、心身ともに成長・発育の最も著しい時期です。この時期の楽しい食卓は、健康づくりはもちろんのこと、心の成長にも大きく影響します。保育園でも食事を通して、一緒に食べる喜びや楽しさを伝えていきます。

<大田区立保育園の給食>

給食献立は、1日に必要な栄養量の1・2歳は50%、3歳以上は約40%を目標量として作成しています。



給食の食材は旬の食材を使い、多くの食品や調理法をバランスよく組み合わせた献立にしています。



HACCPに基づいた衛生管理を行い、安全に調理をして、おいしい給食づくりをしています。



園の行事や伝承行事に合わせた料理を取り入れるなど、食を通じて行事や文化を理解し、関心をもてるようにしています。

ひな祭り



大田区にちなんだ食材や地名を献立に取り入れ、地元食材や大田区を知るきっかけにしています。

馬込大太三寸にんじん



給食で使用する「だし」は昆布、かつお節、煮干し、鶏ガラなどで取り、素材の味を生かした薄味にしています。



<保育園の取り組み>

人とのかかわり

友達や先生と一緒に食べます。給食を作ってくれる人とも会話を楽しみます。

自然とのかかわり

栽培や収穫を通して食べ物の大切さに気づきます。

食文化との出会いを通じて

行事食や郷土料理を通し、伝統的な日本の食事を体験する機会をもちます。

遊ぶことを通して

おままごとやお店屋さんごっこなど、遊びの中で食に興味をもてるようにします。

食べることを通して

健康に関心を持ち、苦手な食材にも挑戦する気持ちを育てていきます。

料理づくりへのかかわり

見て、触って、聞いて、嗅いで、味見して、五感を生かして食材の準備や料理をつくることを経験します。

