



食育だより 4月

令和8年度 4月号 なごみん尾西園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい環境での生活がはじまりました。今年度も私たち調理員は旬の食材を使用し、おいしい給食を提供してまいります。月に一度の行事食もお楽しみに。どうぞよろしくお願いいたします。

たのしい給食

わたしたちは子どもたちが元気に成長することを願って給食作りをしています。

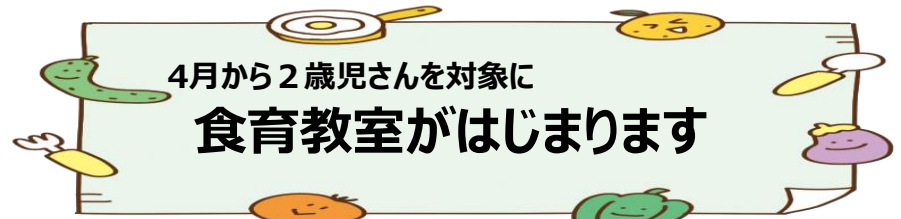
栄養いっぱいのお食事にするはもちろん、たのしく給食の時間を過ごされるようにと、そんな願いも込めて作っています。

「なごみんでの給食の時間がたのしい！」と思ってもらえると嬉しいです。



給食のこだわりポイント

- 旬や行事にちなんだ食材をつかう
- 肉や魚は皮・骨なしを使用
- 汁物はだしから、手作り
- 硬さや大きさなどは年齢や能力に合わせた食材の形状にする。



4月から2歳児さんを対象に 食育教室がはじまります

食育ってなあに？

食育とは、「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。



食事は空腹を満たすだけでなく、人間的な信頼関係の基礎をつくる営みでもあります。子どもは、身近な大人から援助を受けながら、他の子どもとの関わりを通して、豊かな食の体験を重ねていきます。そして、楽しく食べる体験を通して食への関心を育み、食を営む力の基礎を培っていきます。そのため、食育を実践していくことが重要なのです。



おやつにはりんごの
パウンドケーキが
登場します☆

行事食のお知らせ

4/7 春ごはん



Follow me 
献立や食育活動の様子をSNSにて随時更新しております
ぜひご覧ください！

おすすめレシピ

ココアバナナ パウンドケーキ

おやつで大人気のパウンドケーキです！



材料 5個分

ホットケーキミックス	100g
ココアパウダー	5g
バナナ	25g
砂糖	15g
豆乳	70ml

1. バナナは角切りか潰しておく。
2. ホットケーキミックス、ココアパウダー、砂糖、豆乳サラダ油で生地を作り、【1】のバナナを混ぜ込む。
3. クッキングシートを鉄板に広げ、【2】の生地を流し込み、オーブンで15分ほど焼く。

★子どもが食べやすいポイント★

完熟バナナを使うと、砂糖が少なくても甘く仕上がります♪



★当園の給食室メンバー★

子どもたちの給食やおやつを、このメンバーで作っています。

毎日子どもたちの「おいしい！」の声を楽しみに、心を込めて作っています。

病院・保育園・福祉施設などで給食に携わり、1日数百食規模の調理を経験したスタッフも

在籍しています。離乳食や食物アレルギーにも対応していますので、お気軽にご相談ください。

一年間よろしくお願いいたします。

