

給食だより

社会福祉法人 雫石保育園 令和4年4月

ご入園・ご進級おめでとうございます。

新年度を迎え、子どもたちも新しい生活が始まります。

初めは緊張と不安でいっぱいだと思います。給食室では、子どもたちに色々な食材を知ってもらい、「みんなで食べるご飯美味しいな!」「食べることって楽しいな!」と思ってもらえるよう心掛け、美味しい給食を作っていきたいと思っています。

手づかみ食べ

9ヶ月頃～

どんな物がおすすめ!?

★大根、人参、ブロッコリーなどの茹で野菜



☆小さなボール状のおにぎり



★スティック状にしたパン、小さいホットケーキ、蒸しパン



一人で食べるためのファーストステップ。

食べ物に触りたがり、一人座りして食事ができるようになったら、手づかみ食べを始めてみましょう。

食べ物に手で触れて感触を確かめ、口に入れる動作は目・手・口の協働運動です。

この練習がスプーンやフォークを使うための練習になるので体験させてあげましょう。ムリをせず、少しずつトライしていきましょう!

食器の置き方と三角食べできるかな?

和食ではご飯を左において、汁は右、おかずは真ん中がルールです。

食べるときは、食器を持ちたり、お皿を近くに寄せて食べましょう。



ばっかり食べより、三角食べの

ほうが健康にいい!?

- ・まんべんなく食べることで栄養バランスが良くなります。
- ・ご飯やおかずを順番に食べることで口の中で料理が混ざり合い味覚が養われます!
- ・それぞれ順番によく噛んで食べることで脳が活性化します。

〈放射性物質測定結果〉

東日本大震災以降、雫石町の給食施設では使用食材の放射性物質濃度測定を行っています。

2月 雫石保育園使用食材 放射性物質は検出されませんでした。