

# 給食だより

社会福祉法人 雫石保育園 令和7年10月

朝夕の涼しさや虫の声が秋の訪れを感じさせます。秋はさわやかな実りの季節です。

栗、きのこ、さつまいも、さんまなど美味しい物が豊富に出てくる季節でもあります。

秋にとれる魚には、脂がたっぷりのっていて体を温め、イモ類は体のエネルギー源となります。

ご家庭でも旬の食材に触れてみてはいかがでしょうか。

10/17(金)は  
お弁当の日



安全のための

お弁当の  
お願いについて

子どもたちが大好きなお弁当の時間。

楽しく・安全な食事となるように、想定されるリスクへの対策を行い、給食を提供しています。中でも、窒息・誤嚥は生命に関わるものです。窒息・誤嚥につながりやすい食べ物は給食での使用を避けたり、調理を工夫して提供しております。

お弁当を持参する際には、下記のような食材を使用しない、もしくは調理の工夫をお願いします。



窒息・誤嚥に  
つながりやすい食べ物

乾いたナッツ・豆類



・ナッツ入りのお菓子も注意

うずらの卵



・1/4 に切る

ミニトマト



・1/4 に切る

カップゼリー



ぶどう

・1/4 に切る  
・皮も口に残るので注意



傷みにくいお弁当づくりのポイント

☑保冷剤を活用！



☑素手は NG！



☑しっかりと加熱！



☑作り置きにも  
火を通す！



☑しっかりと冷ます



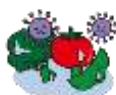
☑ミニトマトの  
ヘタは取る！



☑水分は大敵！

水分が残っていると

細菌が繁殖する原因に…



## おしらせ

10/24(金)は以上児クラスを対象に、自分で給食をお弁当箱に詰めて食べる「**お弁当詰め体験**」を行います。

当日は、ご家庭から持参していただいた白米を自分で握っておにぎりにし、そのあと給食のおかずと一緒に弁当箱へ詰めます。

自分でおかずを詰める楽しさを感じながら、食べ物に親しみをもち、食べる意欲につながる食育活動です。いつもの給食が弁当箱に入るだけでちょっと特別な給食に♪ 子どもたちもワクワクしながら楽しめると思います◎

★おねがい♡

当日は、いつも通り白米をお弁当箱に入れてご持参ください。エプロン、三角巾、マスクをご準備ください。

お弁当箱は 280 ml ほどの大きさをお願いします。