

# 4月 給食だより

## 「入園、進級おめでとうございます」

暖かい日も増え、日ものびて過ごしやすくなりました。入園、進級を迎える子どもたちはドキドキ・ワクワクしているのではないのでしょうか。新しい環境になるため多少なりともストレスがかかる時期です。ご家庭でもできる範囲でバランスの良い食事にしていただきたいと思います。新型コロナウイルスの影響で気の抜けない日々が続いていますが、園児の糧になる給食を提供できるよう、私たちも努力していききたいと思います。



年間食育テーマは「きちんと食べよう朝ごはん」  
毎日、朝ごはんを食べて登園できるようにしましょう

## もちり 스위트ポテト

### 材料(1人分)

- さつまいも・・・36g
- 米粉・・・・・・6.0g
- 砂糖・・・・・・8.4g
- 調整豆乳・・・・16.8g

### 作り方

- 1、さつまいもは皮をむき、適当な大きさに切って蒸しておく。
- 2、さつまいもが熱いうちにつぶし、砂糖、豆乳、米粉を加えてよく混ぜる。
- 3、さつまいもの形に成形し、表面に豆乳を塗る。
- 4、190℃のオーブンで20分程度焼く。

今月の  
おすすめは  
これ！



## ～たまむら直心保育園での給与栄養目標量～

栄養素	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	463	576
たんぱく質(g)	15.1	18.7
脂質(g)	12.9	16
カルシウム(mg)	213	261
塩分(g)	1.5	1.6



子どもたちの食べる量についてはお子様に合わせて担任と相談しながら盛りつけていきます。年度初めなどは特に環境が変わるため食欲にむらができるので配慮しながら提供していきたく思います。子どもたちがみんなで楽しく食事ができるような環境づくりや献立作成、食育等を行っていこうと思います。給食についてご不明な点やご意見などがありましたら遠慮なくお聞かせください。



## 保育園での食事時間

- ※午前おやつ・・・10時頃（未満児のみ）
- ※昼食・・・11時30分頃
- ※午後おやつ・・・15時頃

