

平成22年度保育園・幼稚園給食の取り組み及び指導について

1.給食の役割

- (1)質・量をはじめ栄養のバランスの摂れた「給食」や「おやつ」を提供することにより、児童の心身の健全なる成長・発達・健康の維持増進を図る。
- (2)基本的欲求である食欲が満たされると共に、子どもの情緒の安定と心の安らかな発達を図る。
- (3)味覚が形成されるこの時期に、食事のマナーや食事前の手洗いなど衛生等を含む「望ましい食習慣」の形成を図る。
- (4)園での生活に変化や潤いを与え、明るい人間関係を養う。
- (5)給食を通して、家庭や地域へ健康・栄養・衛生等の情報発信をし、食生活改善の推進を図る。

2.特色ある給食の実施

*ふれあい給食

親子で楽しく会食しながら、子どもの園での様子や給食内容等を確認し、給食への理解を深める。

*行事食

伝統行事や郷土の味を伝えるため、行事食を積極的に給食へ取り入れる。また、旬の食材を使った給食から季節感を養う。

*バイキング給食

自ら料理を選択し、バランス良く自分の適量を取り分ける力を養う。また、楽しい雰囲気の中で「食を楽しむ心」を育てる。

*地産地消

地元農家や市産業課の協力を得て、清須市内で作られた野菜を給食に取り入れる事により、地元の風土を身近に感じると共に、野菜作りに携わっている人達への感謝の心を育てる。

*アレルギー除去及び代替食

食物アレルギーの有無を保護者へ問診し、アレルギー除去が必要と認められる場合は、(医師の診断等証明必要)、通常の献立とは別にアレルギー除去食及び代替食を用意する。

3.食育指導の実践

食習慣の基礎が形成されるこの幼児期に、望ましい食習慣を身につけられるよう「食育指導」を行う。

*給食だより

毎月配布する給食献立表の右半分の紙面を使って、食に関する情報を家庭へ発信する。

平成22年6月9日(水)

平成22年度保育園ふれあい給食

1. 献立名

牛乳 チャンポンめん 肉団子 ナムル さくらんぼ

2. 調理方法(1人分g)

材料名	使用料	作り方
牛乳	100ml	
チャンポンめん(茹でめん) 豚ばら肉 いか むきエビ にんじん たけのこ キャベツ はくさい 生しいたけ きぬさや うずら卵缶 しょうゆ 塩 ポークパイオン 片栗粉 水 サラダ油	120g 10 10 10 5 5 10 10 2 4 15 3 0.3 5 1 95 少々	① にんじんはいちょう切り、たけのこ・しいたけは千切り、キャベツ・はくさいは1cmの短冊切り、きぬさやは1/2にカットし茹でる。 いか・むきエビも茹でておく。 ② サラダ油を熱し、豚肉・野菜の順に材料を炒める。 更にいか・むきエビを炒め、調味料と水を加え味をととのえる。 ③ おわりにうずら卵缶・きぬさやを入れ、水とき片栗粉でとろみをつける。 (*卵アレルギーの子はうずら卵缶を除去します。)
ごぼう&ひじき入り肉団子	25	① 湯を沸騰させ、袋のまま10分間茹でる。
にんじん もやし きゅうり 酢 しょうゆ ごま油 トウバンジャン	5 15 15 0.5 1.5 0.2 0.01	① にんじんは千切り、きゅうりは輪切り、もやしは適当に包丁を入れカットする。 ② ①の材料を茹でた後、真空冷却機にかけて10℃まで冷ます。 ③ 調味料を混ぜ材料と和える。
さくらんぼ	15	① 流水でよく洗う。1人2個付け



ふれあい給食アンケート

(春日地区保育園 3 園
中之切・ネギヤ・夢の森

保育園)

□該当するものを○で囲んでください。

お子さんの性別は ア.男 イ.女 *名前 [_____]

男 55% 女 45%

*差し障りがなければご記入ください。

☞問 1. 参加してどうでしたか？ (アとウを選んだ方は理由を書いてください)

ア. とてもよかった (理由	51%	理由 別紙A)
イ. よかった	47%	
ウ. よくなかった (理由	2%	

☞問 2. 味付けはどうでしたか？

ア. 辛い イ. 甘い ウ. ちょうどいい エ. 薄味 オ. 濃い味

0%	0%	43%	53%	0%	未解答 4%
----	----	-----	-----	----	--------

☞問 3. 今日の給食メニューの中で、ご家庭で作ったものはありますか？

ア. ある (メニュー名 :	28%	未解答 6%)
イ. ない	66%	

☞問 4. お子さんの食べ具合はどうですか？ (イを選んだ方は問 5 に答えてください)

ア. 完食した 49% イ. 残した 49% 未解答 2%

☞問 5. イを選んだ方のみ、お答えください。

ア. 量が多かった 30% イ. 嫌いなものがあった (品名 : 11% 牛乳・えび・しいたけ・きぬさや 未解答その他 59%)

☞問 6. 食事のマナーについてご家庭ではどんなことに気をつけていますか？

ア. 特に気をつけていない	7%	未解答 6%
イ. 気をつけている	87%	

☞問 7. 問 6 でイを選んだ方のみ、お答えください。

ア. 箸やスプーンの持ち方について…………… (声を掛ける	87%	声を掛けない しない 気にしない 食べさせない しない 見ない	6% 未解答 7%
イ. 挨拶について…………… (する	94%		0% 6%
ウ. 食べこぼしについて…………… (気にする	81%		13% 6%
エ. 残すことについて…………… (食べさせる	49%		36% 15%
オ. 食事の会話について…………… (する	83%		4% 13%
カ. テレビについて…………… (見る	41%		51% 8%
キ. その他 (別紙B)			

☞問 8. ふれあい給食についてその他、意見や感想がありましたらご記入ください。

別紙C

ご協力ありがとうございました。



別紙A (ふれあい給食に参加してどうでしたか? 良かったと答えた理由)

1. 親と一緒に食べられると言う事で、皆とてもうれしそうで楽しく給食が食べられた。
2. 子どもが楽しそうに食べている姿を見ることができた。

別紙B (食事のマナーについて、ご家庭でどんなことに気をつけていますか? その他)

1. 茶碗やお皿に手を添えて食べることを言います。
2. 席を立たない。
3. 口の中に食べ物があるときは話さない。
4. 姿勢に気をつけさせている。
5. ひじを突かない。よくかむ。
6. 姿勢が悪くなってくるため注意している。

別紙C (ふれあい給食についてその他、意見や感想がありましたらご記入ください。)

1. 給食の味付けが分かったので良かった。
2. 味付けが家では濃いことが分かった。
3. 家では作らないメニューもあるので今後の参考にしたい。
4. えび・イカの・ひじきの調理方法が参考になった。
5. 苦手だと思っていたものが食べられるようになった姿が見られて嬉しかった。
6. 家ではあまり食べない野菜を園では食べていた。
7. どんな様子で、どの位の量を食べているのかが見れた。
8. 一緒に給食を食べられて子供が喜んだ。
9. 家ではぜんぜん箸を使わないので、園では頑張って箸を使っていたので関心した。
10. 給食の様子が見れて良かった。
11. 子どもがずっと楽しみにしており、当日も楽しんでいる姿が見られて良かった。
12. 保護者に手伝ってもらっても良かった。
13. 参観と給食が別の日でも良かった。
14. 園のルールに合わせるか家に合わせるか迷った。
15. 母がいることでグズグズしてしまった。
16. 年長・年中でもふれあい給食をやって欲しい。
17. 他のお母さんと交流ができた。

食育活動の紹介(春日学校給食センター)

はじめに

幼児期は、心身の成長や食生活の基礎ができる大切な時期であり、その食事の一旦を担うのが保育園給食です。

保育園給食では、栄養のバランスの摂れた衛生的で安全・安心、そして、なによりも子ども達に喜ばれる魅力ある給食・おやつを提供できるよう心掛けています。

また、味覚・食事のマナーなど食習慣の基礎が形成されるこの時期に、正しい食習慣を身につけられるよう「食育活動」を行っています。

その実践の一例を紹介します。

1. 目的： 子ども達に食べ物がその働きにより 3 つに分けられることを知らせ、その3つの食べ物を好き嫌い無く食べることの大切さを伝える。
2. 対象： 年長児童（春日地区保育園3園） 10月実施
3. 指導方法： クイズ式・ゲーム式・ポスターなどの媒体活用。
 - (1)始めは食べ物クイズから入り、子ども達の興味を引く。
 - (2)赤色・黄色・緑色の3つの食べ物の働き・分け方を説明し、実際に子ども達がゲーム式に3つの食べ物(色分け)を体験する。
 - (3)給食の中には、この3つの食べ物がたくさん入っているから残さず食べることの大切さを知らせる。





①栄養士の池田です。“こんにちは “ 皆さんと会うのは、これが2回目ですね。6月には皆さんが給食センターへ見学に来てくれましたね。覚えてますか？ “ハイ覚えてる!”
今日は、皆といっしょに「食べ物」のことを考えたりクイズやゲームをしたいと思います。



②それでは、始めにクイズ遊びをしましょう。
私がなぞなぞクイズを出しますので、答えが分かったお友達は大きな声で答えてください。
“あるのになというたべものなあに?” 子ども“ハイ梨!”



③これから少し「食べ物の話」をしますから聞いてください。
皆は信号機の色が言えますか。子ども“赤・青・黄色!”
そうだね。交通事故に会わないように気をつけようね。
さて、食べ物も体の中に入ると、その働きによって3つの色に分けられるんだよ。
皆、この絵をみてください。(肉・魚・牛乳等の絵)
これは何ですか?

④それでは、ここで今までの話を覚えているか確かめるためにゲームをしようね。
これからいろいろな食べ物(模型)を出しますから、皆はどの色の食べ物なのか答えるゲームだよ。
赤色の小人さんのポケットには赤色の食べ物、黄色の小人さんのポケットには黄色の食べ物、緑の小人さんには



⑤評価

子ども達は、なぞなぞクイズやゲーム・ポスターなどの媒体に大変興味があるようでした。クイズは持ち合わせ5題全問正解でもっとやりたいと好評でした。

3つ食べ物の理解力も予想以上に高く、3つの色分けゲームでも、どの保育園の子ども達も互いに相談したりしながらも全員が正解の答えを導き出してくれました。

これからも家庭・保育園・給食センターが連携しながら、子ども達の年齢に合った食育活動を行っていきたいと思います。

「はじめよう清須のおいしい物語 食育まつり」

出展計画書

- 1.日 時 平成22年11月7日(日) AM10:00~16:00
- 2.会 場 新川体育館2階フロア (食育ブースによる啓発コーナー)
- 3.目 的 「食育まつり」への参加を通して、保育園給食の内容や食育実践活動を紹介することにより、保育園給食への理解を深めるためのPRの場とする。

4.内 容

①清須市の保育園給食内容の紹介

- * 保育園給食についてパネルにて紹介
- * 清須野菜を使ったレシピ・人気メニューの写真展示
- * 保育園給食用パン・おやつサンプル展示

②食育実践活動(栄養指導等)の紹介

- * 献立集・ポスター等の展示
- * 食育実践活動をパネルにて紹介
- * 給食レシピ・パンフレットの配布 (献立集・食育ネットあいちから)

③その他、お楽しみ企画

- * 食育クイズ
- * 試食コーナー 保育園給食用パン・おやつ
協力業者 (株)エースベーキング・(財)児童福祉給食振興会

