



入園、進級おめでとうございます。  
新年度の始まりに、港区の保育園給食について紹介します。



### 給食目標

- 食物に対する関心を高め、食べる意欲を育てる。
- 食を通して自分の体を守る力を伸ばせるように働きかける。
- 皆で楽しく食事をして、望ましいマナーを身につける。



保育園の給与栄養量(提供する栄養量)は、一日の給与栄養量の乳児50%、幼児40%です。

食事	乳児 1~2歳児(%)	幼児 3~5歳児(%)	場所
朝食	25	30	家庭
午前おやつ	5	-	保育園
昼食	35	30	
午後おやつ	10	10	
夕食	25	30	家庭
	100	100	

○午前中は乳児のみ牛乳、昼食は「主食 主菜 副菜 汁物 果物」を組み合わせた食事、午後  
は間食と牛乳を提供しています。

○子どもは、一度に多くを食べられないため、食べる回数を増やして栄養を補います。おやつ  
は、3食の食事を補う役割があります。嗜好品ではなく、間食として考えましょう。

### 朝食を食べてから登園しましょう

保育園で子ども達は、活発に動き回り、たくさんの友達と遊ぶので、朝食を食べていないと、  
お腹がすいて力が出ません。ぜひ、ご家庭で、朝食を食べてから登園しましょう。

子どもにとって、年度の始めは、慣れない環境で過ごすため、緊張して食事が進まないこと  
や、うまく食べられないこともあるでしょう。そのため、保育園では、4月の献立には、食べやす  
いおかずを取り入れるようにしています。子ども達は、慣れてくると、次第に、食べる量も種類  
も増えてきます。一年を通じて食べる量は変化します。給食を楽しみにして、登園してください。

