



楽しいこども園給食



入園、ご進級おめでとうございます

規則正しい生活習慣を身につけることは、生涯にわたって健康で過ごすための基礎となります。運動、睡眠、栄養バランスのとれた食事は、健康の3つの基本です。乳幼児期は、心身の発育にとっても大切な時期であり、こどもたちは毎日の食事でも心もからだも育ちます。

こども園で友だちといっしょに楽しく食事をすることによって、食事のマナーを身につけ、食べることが大好きなこどもに育ってほしいと願っています。

◆こども園の給食・間食について◆

メニューの一例です
人気メニューがたくさんです



* 1日に必要な栄養量の **45~50%** を給食と間食で提供します。

（1号認定の園児は給食のみの提供ですので、1日に必要な栄養量の **30%** を提供します。）

* 堺市立こども園では、食物アレルギー誤食防止のため、おかわりを実施していませんが、食欲など個人差に配慮して提供しています。

	朝の間食	給食	3時の間食
1~2歳児	9時頃（果物・牛乳）	11時頃から	手作りおやつと牛乳
3~5歳児		11時30分頃から	手作りおやつと牛乳

・0歳児は、月齢に応じた内容になります。
・1号認定の園児は、給食のみの提供です。

◆こども園の給食内容◆

* だしのうま味と素材の味があじわえるよう【うす味】を基本としています。【昆布と削り節】で時間をかけ、うま味がしっかり出るように丁寧にだしを取っています。

削り節

昆布



* 和食を基本としつつ、洋風献立も取り入れております。

洋風のだしは、【鶏がらと野菜】から取ったスープを使用しています。

カレーライスやハヤシライスなどの【ルー】も手づくりで、こどもたちの人気メニューの一つになっています。

* 3時には、できたての手作りおやつを毎日提供しており、旬の食材を取り入れたおやつやバターを使った本格的なケーキやクッキー、昔懐かしい蒸しパンなど幅広い種類があります。

* 毎月19日の食育の日には、堺産（大阪産）の食材を取り入れて地産地消をすすめています。



給食の時間を
楽しみましょう。

* 給食だよりなどで毎月の献立をお知らせします。サンプルケースにその日の献立を展示していますので、お迎えの時にご覧ください。

* 食材価格の高騰が続いていますが、安全・安心を心がけ、毎日の給食を楽しみにしてもらえるように、栄養バランスを満し、園児の嗜好も取り入れた献立となるよう工夫しています。

大阪・関西万博の開催にあわせ、万博参加国の献立を取り入れます



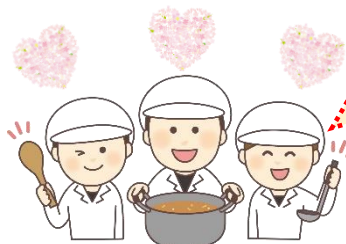
今月の万博給食

「ドイツ」

ジャーマンポテト



©Expo 2025 大阪・関西万博公式キャラクターミャクミャク



<調理室から>

給食の時間を楽しみにしてもらえるように、調理しています。こどもたちの笑顔が増えるようにおいしい給食を作ります。

★堺市ホームページに公立こども園の食育（給食メニューなど）を掲載しています

URL: https://www.city.sakai.lg.jp/kosodate/hughug/kosodatekankyo/yoji_kyoiku/shokuiku.html