

# 4月 給食だより

足立区教育委員会  
子ども家庭部

## 給食のテーマ：園の給食に慣れる

園では、素材のおいしさを活かした給食や、発達に合わせた食育を行い、食べ物に親しみながら、食べる意欲を育みます。今月は、給食に慣れることを目標に、子どもが食べやすい献立を多く取り入れています。



## お知らせ 子どもが安全に食べるために

子どもの頃は、どんな食べ物も誤嚥や窒息の危険があります。園では、食材の選定や調理の工夫に細心の注意をして提供しております。家庭の食事でも、以下の点を確認しておくことで安心です。

### 注意が必要な食べ物

#### 球形という形状が危ない

※ 吸い込みにより気道をふさぐ危険があるため、給食では提供していません。



### 食事の時は、目を離さないで！

食べ始めたら子どものそばに付き、目を離さず食べる様子を見守りましょう。子どものペースでゆっくり落ち着いて食べられるように与えることも大切です。

- 一度に詰め込みすぎない  
(子どもの一口量はスプーン 1/2~2/3 位)
- 口の中の食べ物を飲み込んだかを確認してから次を与える
- 眠くなったら与えない
- 食事中は、驚かせない
- 汁物や水分を与える



#### のどにつまりやすい

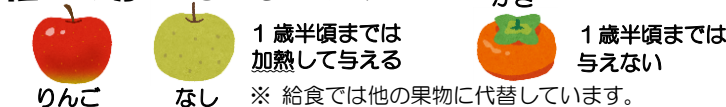


※ もち・だんご・いかは、給食では提供していません。

#### 噛み切りにくい



#### 細かく切ってもつまりやすい



よく噛んで  
食べよう！

8日は、かむカムデー 「切干大根」を使った『切干大根の含め煮』です。



19日は、食育・やさいの日 旬の「にんじん」を使った『人参とコーンのソテー』です。

## にんじん



鮮やかなオレンジ色のにんじんは、料理の彩りを良くしてくれる野菜なので、給食では毎日のように使っています。バターなどの油と一緒に炒めると甘味が感じられ、子どもも食べやすくなります。

### おいしい給食のポイント



型抜きをすると子どもたちも大喜び！

おうちでも ひと口目は **野菜** から