

「おべんとう」についてのお知らせ

令和4年7月26日（火）

マーマしのはら保育園

日頃より、保育園へのご理解とご協力を頂きましてありがとうございます。

7月27日（水）～29日（金）の3日間、給食職員欠勤の都合により、登園されるお子様には、昼食用のお弁当の持参をお願いしております。朝の忙しい時間帯の準備となりご不便をおかけいたしますが、あくまで通常保育の中での昼食ですので、ご負担のない範囲でご用意ください。ご協力の程よろしくお願ひ致します。

保護者の方より頂いた質問を踏まえて、お弁当作りのヒントをお知らせいたします。ご参考になさって下さい。

お弁当作りのヒント

ポイント1 食べきれる量で

比率はご飯：副菜：主菜＝3：2：1
ご飯は3歳で80g、5歳で120g
が目安です。



ポイント2 おかずは一口サイズにカット

サイズが大きいとちぎっている間に落としてしまったり、噛みにくいことがあります。プチトマトやうずらの卵は窒息に繋がるため、1/4に切りましょう。手で持てるおにぎりやサンドイッチも食べやすいでしょう。



ポイント3 しっかり冷ましてから詰めましょう！



汁気の多いおかずや、熱いままふたを閉めると腐りやすくなります。おかずは必ず朝作り、火を通したものにしましょう。よく冷ましてからお弁当箱に詰めましょう。

☆お弁当は、朝の受け入れの際に保育者が預かり、クラス毎にまとめて冷房の効いたキッチンにて昼食時間まで保管します。

温め等はいたしませんので、ご理解ご協力をお願い致します。

☆弁当箱・ふた・袋などにはすべてわかりやすい場所に記名して頂きますようお願いいたします。

☆飲み物（麦茶）は、園で用意します。ジュースなどは持ってこないようにしましょう。

※幼児クラスのお子様は、通常通り水筒はご用意ください。

☆食具（スプーン・フォーク・箸）は園で用意いたしますので、持参の必要はありません。

☆ふりかけをご使用の場合はごはんに振りかけてご用意ください。

☆果物等のデザート類を持たせる場合、プチゼリーなどは自分で開けられない事もありますので、控えましょう。

☆食べ残しは、そのまま返却しますのでご了承ください。（喫食量をご確認ください）

☆食物アレルギーのあるお子様は、誤食の無いよう、十分な配慮をして喫食いたします。詳しくは担任から説明します。

☆午前おやつ、午後のおやつ、夕おやつ、夕食については、通常通り保育園で提供いたします。