




給食メモ

2026.6月 箱舟保育園

食物アレルギーの表示が変わりました


令和8年4月1日、食品表示法のアレルゲンを含む食品に関する食品表示基準が改正されました。これまで特定原材料に準ずるものだった「カシューナッツ」が特定原材料に定められ、表示が義務づけられました。(経過措置期間：令和10年3月31日) また、「ピスタチオ」についても、新たに特定原材料に準ずるものに定められ、表示が推奨されました。加工食品を使用する際は、必ず食品表示を確認し、誤食事故を防ぎましょう。

特定原材料	表示義務 (9品目)	卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生(ピーナッツ) くるみ、カシューナッツ(追加)
特定原材料に 準ずるもの	表示が推奨 (20品目)	アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ピスタチオ(追加)




夏の飲み物 何がいい?

暑い夏はこまめな水分補給が大切。でも、何を飲むか、ということもきちんと考えたいところです。いろいろな飲み物がありますが、それぞれの特徴を知って、そのときに合った物を選ぶようにしましょう。




麦茶




ミネラルを含み、糖質は含まないため、多少の発汗時、熱中症予防など、普段飲む飲料として適しています。

牛乳・ジュース




カロリーが高いため、日常的な水分補給には適しません。飲む時間と量を決めましょう。

スポーツ飲料



ミネラルを多く含むため発汗時に向いていますが、糖分が高いため、とりすぎに注意。日常的な水分補給には向きません。

経口補水液



大量の発汗時、脱水症状が見られる場合に適します。電解質(イオン)濃度が高く塩分も多いので、日常的な水分補給には向きません。

6月は食育月間です 今月は12日と16日に食育の日を行います。

「食育」は、食に関する知識や正しい情報を選択する力を身につけ、神様への恩恵や食に関わる人々の活動への感謝、理解を深め、心身ともに健康な食生活を実践するための取り組みです。

園では、「神様の恵みに感謝して、皆と今この食事を楽しんで食べられる子(事故なく食べることを学ぶ)」に成長していくことを期待し、毎日の給食をはじめ、様々な食体験をするための取り組みを実施しています。

名古屋市食育推進計画(第四次)における今年度のテーマは、「食」でつながろう!です。みんなで一緒に食卓を囲んで、共に食べることで、栄養バランスを考えて食べる習慣や食文化を大事にする気持ちなどを、伝えていきたいですね。

お味見隊 活動開始!

今年度より新たに食育活動の一環として、ふじぐみさんに「お味見」をしてもらいます。『お味見隊』は、ふじ組の3人のおともだちが給食の前に試食し、ゆり・ふじ組のみんなにお給食のおすすめポイントなど「お味見」の感想を伝えます♪ ぜひ、ご家庭でも味見をして「おいしい!」だけではない言葉で伝える練習をお願いします!

梅雨の危険・・・食中毒をさけよう!

もうすぐ 梅雨にはいりますね。梅雨に特に気をつけたいのが、食中毒です。冬場に流行るノロウイルスとは違い、ブドウ球菌や腸炎ビブリオ・カンピロバクター・サルモネラなど細菌性の食中毒の発生が増えてくる季節です。

食中毒の予防の3原則は、原因となる菌を「つけない・増やさない・死滅させる」です。これらに注意して日々の生活を営みましょう。

お弁当作りでの注意ポイント!!

『キャラ弁』は普通のお弁当より、細かく細工され色鮮やかさが増える分、加熱がされていなかったり、作業が煩雑になり菌の繁殖も増え食中毒のリスクが高まります。 ですから、お勧めしません!

毎月配布される献立表を参考にして、保育園と家庭の食事内容が重ならないよう配慮をお願いいたします。

5月人気おやつ



フルーツヨーグルト



野菜のカップケーキ



ひじきそぼろおにぎり