

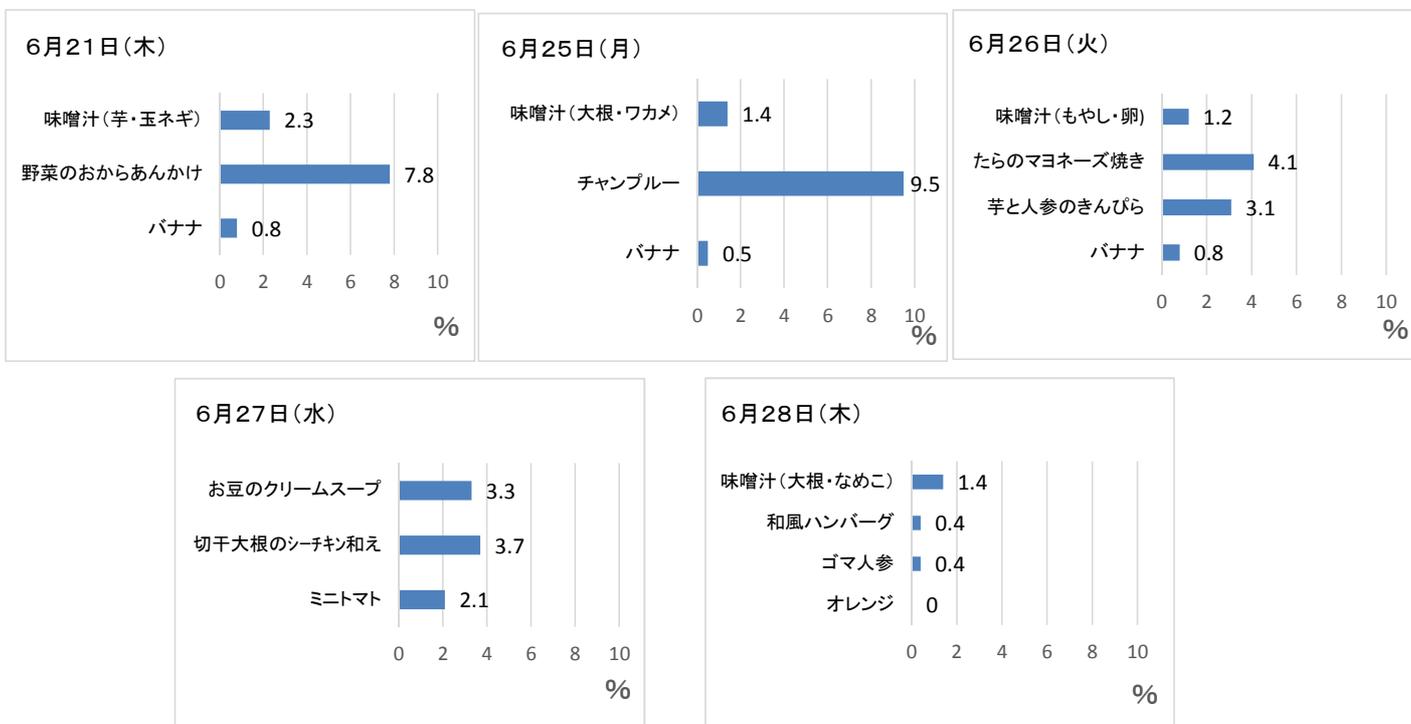


残食調査



公立保育園の昼食で、6月21日～28日のうち5日間で残食調査を実施しました。主食以外の献立について、3歳以上児の子どもたちがどのくらい食べているかを調べるため、給食室で献立ごとの残量を計測しました。公立保育園4園の平均の結果は次のとおりです。

残食調査結果



ー残食調査の結果よりー

※5日間を通してあまり残食は見られず、すべての献立で10%を下回りました。

※比較的残食が多かったのは野菜中心の献立でした。

※「野菜のおからあんかけ」は見た目ですぐ苦手とする子どもが多かったものの、しっかりした味付けのため、一口食べてみると食べ進んでいく傾向がみられました。チャンプルーは豆腐・にら・しめじと子どもたちが苦手とする食材を使用しているためか、5日間で一番残食がありました。

※今後も引き続き、必要な栄養価を満たしながら、子どもが美味しく楽しく食べられる給食の提供を心掛けていきます。



災害時の食の備え

いざという時に、おうちの備蓄は大丈夫ですか？ご家庭での「非常時の食の備え」について見直してみましょう。

1. 家族の人数に応じて、飲料水や食料を備えていますか？
備蓄食品の保存場所は、取り出しやすい場所で、家族の目につきやすい場所に置きましょう。



2. 「一人分ずつの備蓄」を準備していますか？その他に「台所の備蓄」として予備の飲料やレトルト・缶詰・乾物など、日持ちのするものを準備すると良いでしょう。



3. 消費期限を確認し、定期的に入れ替えをしていますか？
防災の日など入れ替え日を年1~2回決めておきましょう。



備えておけば安心



4. 赤ちゃんやお年寄りなど、家族に合わせた食品を準備していますか？
粉ミルクや離乳食、食べやすい食品、アレルギー用の食品などを準備しておく良いでしょう。



5. 栄養のバランスを考えた組み合わせができるものを揃えていますか？
普段から食べ慣れているもので日持ちのする、家族の好みのものを多めにストックしましょう。



6. 普段から食品を上手に買い置きしていますか？
非常時の備蓄にも利用できる、レトルト食品や缶詰、野菜ジュースなどが良いでしょう。



◎非常用の食料といえども、組み合わせができるようにしておく、バランス良く飽きずに食べられます。
主食・主菜・副菜を上手に組み合わせ、栄養が偏らないようにできると良いですね。

※衛生面にも気をつけましょう！！

- ・食事の準備又は食事の前には、ウェットティッシュなどで手を拭きましょう。
- ・生水は飲まないようにしましょう。
- ・おにぎりなどの食品は素手で扱わずに、ラップなどを利用しましょう。
- ・缶詰やレトルトパックは、開けたら早めに使い切りましょう。