

みどりの保育園給食室

☆保育参加の際に、給食についてのアンケート回答のご協力ありがとうございました。
集計を出しましたので結果とご意見をお知らせします。

〈今日の献立について〉 65人回答

○ 味	少し濃い	1/65
	丁度良い	63/65
	少しうすい	1/65
○ 大きさ	少し大きい	1/65
	丁度良い	62/65
	少し小さい	2/65
○ 固さ	少し固い	3/65
	丁度良い	62/65
	少しやわらかい	0/65

〈好きなメニュー〉

種類・うどん・ラーメンなど	18/65
肉・唐揚げ・ハンバーグなど	17/65
カレーライス	12/65
野菜(サラダ・ピクルス)	12/65
魚(西京焼き・鮭・あじフライ)	6/65
オムライス	4/65
すべて好き	2/65

その他ピザ・シチュー・麻婆豆腐・みそ汁・おにぎり・パン等

〈嫌いなメニュー〉

野菜全般・きのこ・ピーマンなど	38/65
ない	10/65
魚	5/65
スープ・シチュー	3/65
ハンバーグ	2/65
その他卵料理・牛乳等	30/65

〈誰と食べるか?〉

朝食 1人	2/65
兄弟	14/65
親	23/65
家族	26/65
祖父母	0/65
夕食 1人	1/65
兄弟	3/65
親	20/83
家族	41/65
祖父母	0/65

〈朝食を食べるか?〉

毎日食べる	62/65
時々食べない	3/65
食べないことが多い	0/65
食べない	0/65

〈朝食をたべない理由〉

食欲がない	3/65
時間がない	0/65
食べる習慣がない	0/65
その他	0/65

6つのこ食について、ご存じですか？

孤食—ひとりで食事をする事

個食—家族がそろって食べているのに、各々が別々のものを食べていること

協調性がなく、わがままになりやすい

固食—同じものばかり食べる事

栄養バランスが偏る

粉食—パンや麺など、粉物ばかり食べる事

噛む力が弱くなる、油をとりがちになり、血糖値も上がりやすくなる

小食—食事の量が少ないこと

(少) 成長期に必要な栄養がとれず、抵抗力が落ちる、やる気が出ないなどの症状が出やすい

濃食—加工食品や味の濃いものを食べる事

味覚が育たず、塩分を摂りすぎてしまう

特に乳幼児期は食生活の習慣ができてくる時期なので、大切です。忙しい毎日ですが、食事を通じて家族で団らんをすることで、食事の大切さや楽しさ、マナー、食文化を子どもに教えることができます。また、家族で同じものを食べることによって、栄養に偏りのないバランスのよい食生活を目指すことができます。

NO.2

☆このような意見を頂きました。

- ・すごくおいしかった。(10件)
- ・いつもバランスの良い食事をありがとうございます。(8件)
- ・グラタンは具沢山で家でも真似したくなりました。
- ・かじきのパン粉焼きサクサクでとてもおいしかった。
- ・鶏肉のパン粉焼きが肉も柔らかくて、とてもおいしかったです。
- ・和食が好きなので、好きそうなメニューだと思いました。
- ・みそ汁のだしが効いて、手間がかかっている感じ。家では真似できないくらいおいしかった。
- ・子どももいつもおいしいと言っています。食べられなかった胡瓜や葉ものを食べられるようになりました。
- ・季節の食材を使っていて、子どもも食べやすいメニューだと思う。
- ・毎日栄養バランスのとれた食事をありがとうございます。保育園では野菜も食べられているようで、安心しました。
- ・お魚料理のレパートリーが少ないので、保育園で食べさせていただけなのが有難いです。お吸い物もおうちで作ってみようと思います。
- ・彩りよく、味付けも固さも丁度良いです。かぶのサラダはクセのある味の野菜なので、どうかな？と思いましたが子ども嫌がらずに食べていたし、おいしかったです。家でも挑戦してみます。
- ・サラダの中のキャベツが細かく、更に下茹でてありいつも嫌いなのですが、あっさり食べていてさすがだなと。参考して料理しますね。
- ・優しい味付けで丁度良いと感じました。
- ・野菜がたべやすくなっていて、おいしかったです。家で食べない野菜も保育園では食べるの納得です。
- ・和食で食べやすい食材で子どもがとってもよく食べていました。
- ・家で出すような色味の食事が並んでいて、安心しました。
- ・お野菜がとても食べやすく、子どもが嫌がらず食べられる様工夫して頂いている。すべてにおいてとても良かったで
- ・薄味ですが、味がしっかりついていておいしかったです。
- ・家でのメニューは好き嫌が多いのに、保育園の給食はすべておかわりしていました。保育園で栄養をとってくれているとわかり、安心した。
- ・だしの味が効いていて、とてもおいしかったです。具材の大きさ参考になりました。
- ・品数が多くて良いなと思った。
- ・お肉はすぐかみ切れる固さでおいしかったです。

☆今年度は私たちの励みになるようなご意見ばかりでしたが、今後改良点につながるような、ご意見も頂けると幸いです。そして、さらにおいしく、楽しい給食の時間になるように努力していきたいと思えます。

給食室一同