

給食・食生活アンケート結果

令和 5年 2月

ルンビニあゆみ園 給食室

給食アンケートにご協力いただきありがとうございました。
アンケート結果をお知らせいたします。

① お子さんは給食を楽しみにしていますか？

- A とても楽しみにしている (64.8%) B まあまあ楽しみにしている (31.5%)
C あまり楽しみにしていない (0.9%) E その他 (2.8%)

② 家庭で配布された給食献立表を見ますか？ (食べる前でも後でも可)

- A ほぼ毎日見る (22.2%) B 時々見る (68.5%) C ほとんど見ない (9.3%)

③ お子さんと給食を食べた様子について話しをしますか？

- A ほぼ毎日する (45.4%) B 時々する (50.9%) C ほとんどしない (0.9%)
D 全くない (1.8%) E その他 (0.9%)

④ 配布された給食だよりや掲示のレシピを見て作ったり、参考にしたことはありますか？

- A よくある (8.3%) B 数回ある (45.4%) C 見てはいるが、参考にした事はない (45.4%)
未選択 (0.9%)

⑤ 家庭で、果物を食べる回数ほどのくらいですか？

- A 毎日食べる (36.1%) B 週に2~3回食べる (42.6%) C 2週間で数回食べる (16.7%)
D 家庭では食べない (2.8%) E その他 (1.8%)

⑥ 登園日の朝ごはん、野菜の料理はありますか？※野菜ジュースは除く

- A 毎日ある (19.4%) B 時々ある (44.4%) C ほとんどない (36.1%)

⑦ <知りたいレシピ>

- ・ さつまいもと人参のゴマ和え ※タンドリーチキン ・ 鶏の竜田揚げ
- ・ ※カレー (3票) ・ 小松菜とコーンの和え物 ・ ハリハリ漬け
- ・ 梅ドレッシングサラダ ・ おやつ焼きそば ・ おふラスク ・ ハヤシライス

たくさんのリクエストをありがとうございます。昨年度末から、玄関ホールの階段下にて月替わりでレシピを掲示してあります。また、以前の物はファイルに綴ってあります。(※印は現在あり) 今後もリクエストを参考に掲示レシピやお便り等に掲載をしていきたいと思っております。

歳児	感想、要望	回答
年少	毎日、給食をどれくらい食べているのか気になっています。	毎日、年少児の給食量を掲示しています。そこから年齢に応じて、増減がありますが、食事量には個人差があり、担任・担当の保育者が園児に合わせ、量を減らしていることもあります。まずは完食する喜びを経験し、少しずつ基準量にしていけたらと思っています。不足の場合はお代わりも用意してありますので、個人に合わせ、給食が楽しい時間になっていけばと思っています。食事量が気になる場合は担任・担当にお声掛けください。
年中	いつも給食みたいなおいしいお野菜にしてって言われます。野菜を出すと、大人は苦味を感じないのに苦いと言われてしまうことが多いです。野菜をおいしく食べてもらうにはどうしたらいいですか？	<p>大人が野菜の苦味を感じないのは、多くの経験があるからと思われれます。まだ経験の浅い子どもの味覚は、野菜の苦味が毒と感知してしまうことがあります。しかし、野菜の栄養は生きていくために必要な物です。味に慣れていく事が大切になりますが、その過程として、食べられた際に褒められた経験、食べきった喜びなど味覚だけでなく嬉しい経験も影響していきます。苦手な場合は大人が食べて欲しい量を提供するのではなく、本人が食べられる量を決め、それを完食し、褒められたり自信を付けていく積み重ねが大切です。</p> <p>給食では、苦手な物も友達が食べているから、食べてみようという雰囲気もあるかもしれません。家庭でも大人がおいしそうに一緒に食べる事も良いと思います。</p> <p>また、給食では少し小さめに野菜をカットしてあり、多くの食材と混ぜる事で自然に食べられているのかもしれない。</p>
年少	家の味噌汁は臭いと言って食べないけれど、園のご飯はすごく美味しいと言うので、どんな出汁を使っていますか？	給食のだしは、焼津から購入しているくさば節・いわし節・かつお節の入っているだしパックを使用しています。このだしの味だけでなく、野菜のだしも出たりしているのかもしれない。
0歳	おやつで提供されているアシドミルクについて、飲んだことがないので分からないのですが、甘すぎたりしないですか？(1歳半健診でヤクルトの糖分量の話聞いたので)	アシドミルクは市販されていないですが、飲むヨーグルトに分類されます。濃さは一般的な飲むヨーグルトより、サラリとしていて、鉄とカルシウムが強化されています。一般的な乳酸菌飲料 65mlあたりの砂糖含有量は 9g 前後でアシドミルクは 4.2g です。砂糖は使用されておりますが、牛乳が苦手な園児もアシドミルクは飲めるという園児もいます。基本は牛乳としていますが、鉄・カルシウム補給として使用をしていきたいと思っています。

- ・原田先生の話が家庭でもよく出ます。
こだわりの詰まったおいしい給食を、いつもありがとうございます。(年少)
- ・子どもも7分づきご飯が好きで、家でもよく食べたいって言ってます。(年中)
- ・給食で出た料理を、子どもが教えてくれて子どもが再現しています。(年長)
- ・家庭ではレパートリーが偏り、マンネリしてしまうところを給食でたくさんの食材やいろいろなお料理を食べることができ、味覚や食べる楽しみを育てていただきありがとうございます(2歳)。
- ・いつも旬のものや家ではなかなか作れないものを提供いただき大変助かっています。(1歳)
- ・保育参観の時に食べた白はんぺんピザがとても美味しくて、子どもも好きだと言っていたので、参考にさせて頂いて、似たような物を作りました。(年長)
- ・家庭では、つい簡単なメニューになりがちで、手の込んだ和食こそなかなか作ってあげられないので、子どもがいろいろな料理を知り味わえることがとてもありがたいです。(年長)
- ・給食を通じて苦手な物が食べれるようになりました。給食で食べる事だけではなく、子どもの会話を通じスプーンの正しい持ち方や、栄養の話も食事中にするので苦手な物でも、どんな力になるか言いながら家でも頑張って食べる努力をしてくれます。学ぶ事から原田先生との信頼関係も子どもなりに出来ているようです。栄養の話が子どもによく響いている事が伝わり、栄養に興味も示すようになりました。(年中)
- ・食べるのが好きな子なので、毎日給食は何？と聞いてきます。帰りの車では、給食やおやつのお話を聞いて帰ります。おやつもいつも手作りのものを提供して下さりありがとうございます。
まだ親が選択して与えられるうちは、なるべく体によいものをあげたいと思っています。これからも美味しい給食、おやつよろしく願います。(年少)
- ・家で子どもが、これは赤組、これは黄色組、これは緑組と食材の話をするようになりました。給食の先生が話して下さった三大栄養素の話年少児なりに興味をもてました。食べる時にも「これを食べるとエネルギーでるね」、「体が大きくなるね」などと言って、前よりも自分から食べようとする姿ができて、嬉しく思います。(年少)
- ・帰りに給食の写真を見て「これもこれも食べたよー！」と教えてくれます。
先生方も何が食べられたか、食べられなかったのかを教えてくれて、家では食べない食材も給食だと食べられる物もあり自宅での献立に参考にしています。(2歳)
- ・原田先生から教えていただいたことを家で話してくれるようになりました。旬のものや季節の行事に関するものなど、本人も関心を持っているようです。(年少)

その他、多くの感謝のお言葉をいただきありがとうございました。

乳幼児期は、身体の成長だけでなく、味覚の成長もする大切な時期です。その食生活がお子さんの長い生涯の健康に影響していくと思っています。まだまだ食べ慣れない物も多く、残してしまう事もあるかもしれませんが、成長し給食にも食べ慣れていく事で食べられる物も増えていくと思います。その過程で、少しでもおいしく食べられるように、給食を提供していきたいと思っています。味はもちろんですが、食べてみようと思えるような、いろいろな食育にも取り組んでいきたいと思っています。

お忙しい所、アンケートへのご協力、ありがとうございました。