

# ☆給食アンケート集計結果☆



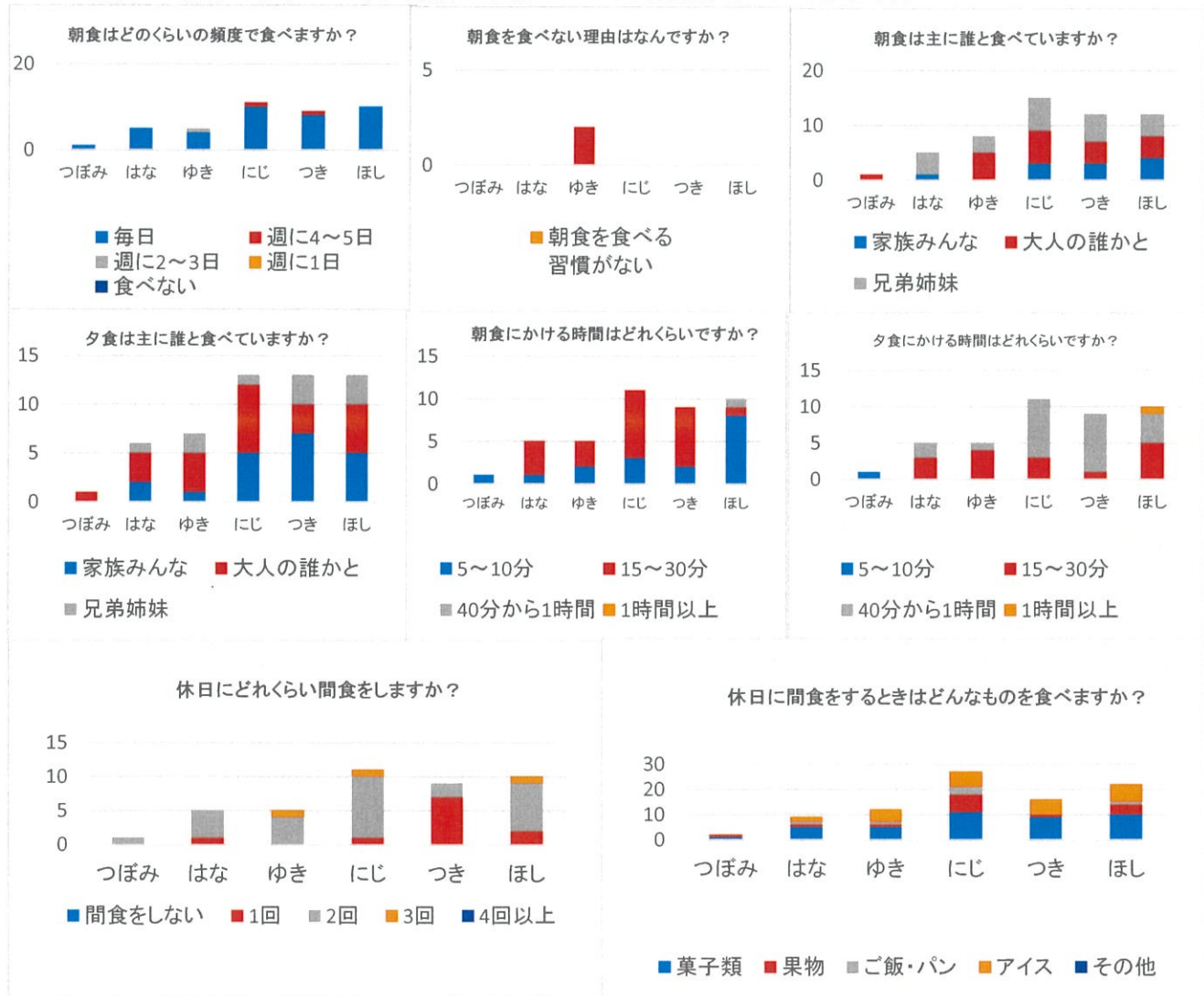
2023年 7月

鹿児島空港わらべ保育園

お忙しい中、ご回答をいただきありがとうございました！

今年は前年同様、クッキングや行事食を楽しみにしています！との声を多く

いただき嬉しい限りです(★u★)♪集計ができましたのでお知らせいたします☆



## ☆朝食の欠食は少なく、毎日朝食を食べる子がほとんどだった。

朝食を食べていないと、ぼーっとして集中力が低下したり、話が頭に入っていないことがある。

朝食を食べると午前中も活発に動けるので、朝食はしっかりと食べた方がよい。

## ☆朝食・夕食を食べる時は、大人の誰かと食べる子が多かった。家族みんなで楽しい食事をする事で、家族のコミュニケーションが増え、家庭内での食育にも繋がる。休みの日など出来るだけ家族みんなで食べる機会が増えると良い。

## ☆朝食・夕食にかかる時間は、朝食だと15~30分、夕食だと15~30分・40分~1時間かけて食べる子が多かった。子どもの集中力が続く時間は15分程度と言われている。だらだらと食べることなく、会話を楽しみながら食事が出来たら良い。

## ☆休日の間食は2回の子が多かった。子どもは、一度にたくさん食べることが出来ない。そのため、間食は重要な栄養補給となる。朝食と昼食の間・昼食と夕食の間に間食をし、不足分を補えると良い。

## ☆間食で多く食べられていたのは菓子類とアイス。

間食として好ましい物は果物・ヨーグルト・おにぎりなど。

果物はビタミンが多くまれいて、身体の調子を整える。ヨーグルトなどの乳製品はカルシウムが多く、歯や骨を丈夫にする。おにぎりはたくさん活動して使ったエネルギーの補給が出来る。

甘いものが多くならないように気を付けながら間食をしましょう。



★好きな食べ物で多かったもの

	つぼみ	はな	ゆき	にじ	つき	ほし
1	バナナ・豆腐 パン・卵焼き	バナナ・パンご飯	そばろ・肉・魚	納豆・果物・魚	麺類・から揚げ	納豆・焼き魚
2		納豆・味噌汁	カレー ウインナー	から揚げ ヨーグルト	チーズ・煮物 ポテト・トマト	トマト
3		チーズ・カレー	納豆・トンカツ	ハンバーグ カレー・ゼリー	餃子・きゅうり クロワッサン	麺類・カレー

★苦手な食べ物で上がったもの

	つぼみ	はな	ゆき	にじ	つき	ほし
1	特になし	野菜	野菜	野菜	ピーマン	なす・にがうり
2		硬いもの	トマト・ねぎ	なす・あんこ	野菜・なめこ	とり皮・ピーマン
3		なす・パイ		エビ・卵	コーンスープ	野菜・きのこ

★好きな給食・おやつメニューで多かったもの

	つぼみ	はな	ゆき	にじ	つき	ほし
1	不明	不明	みそ汁	カレー	から揚げ	カレー
2		カレー	メロンパン トースト	から揚げ クッキー	チキン南蛮 ハヤシライス	肉全般
3			蒸しパン マカロニきな粉	ハヤシライス ラーメン	マカロニきな粉	クッキー 汁物

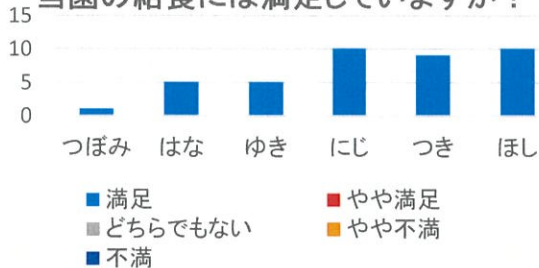
★苦手な給食・おやつメニューで多かったもの

	つぼみ	はな	ゆき	にじ	つき	ほし
1	不明	トマト・野菜	トマト・白ご飯	スキムミルク	ブロッコリー サラダ	とり皮
2				炒め野菜 あんこ餅	おにぎり	蒸しパン あんこメニュー レバー
3					なめこ汁 ラーメン	

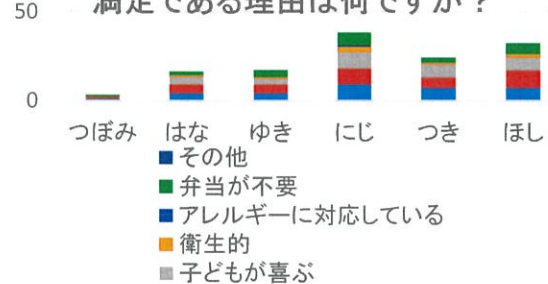


✿好きな食べ物で多かった物はバナナ・納豆・肉・魚類でした。  
✿苦手な物で多かった物は野菜が多く、特にピーマン・ナス・きのこ類が多く上がっていました。  
✿好きな給食・おやつメニューで多かったものは、汁物・から揚げ・カレー・マカロニきな粉が多かったです。

当園の給食には満足していますか？



満足である理由は何ですか？



～質問への回答～

「野菜が苦手な食べない」というお悩みが多く見られました。見た目野菜だと気付いたら食べない子も多いです。無理強いすると子どもにとって「野菜＝嫌な思い出」となってしまいます。無理強いせずに、野菜にしっかりと味を付けたり、小さく刻んで混ぜ込むなどしてあげてはいかがでしょうか。また、大人が野菜を食べて「おいしいね～」と声掛けをすると、子どもも「挑戦してみようかな？」という気持ちになります。もし、お子さんが苦手なものを食べることが出来たら、しっかりと褒めてあげましょう。今は食べなくても急に食べられるようになることもあります。好き嫌いも成長過程の一つなので、あまり心配しなくても大丈夫です。どうしても食べられない時には、食べられる物を食べて栄養不足にならないように気を付けましょう。

載せきれなかった内容もありますが、こちらの結果をもってご報告とさせていただきます。

「いつも美味しい給食をありがとうございます！」「誕生会のメニューが美味しそう！」「展示・クッキングを楽しみにしています！」などという嬉しいお言葉を多くいただきました。ありがとうございます。これからも、子ども達から「給食おいしい！」「今日の給食楽しみ！」と言ってもらえるように給食室も美味しい給食作りを頑張ります！またクッキングでも「食」に触れ、興味をもってもらえるように今後も頑張ります！

お忙しい中、貴重なご意見をいただきありがとうございました。今後ともよろしくお願いいたします。

