



給食だより

令和6年4月号

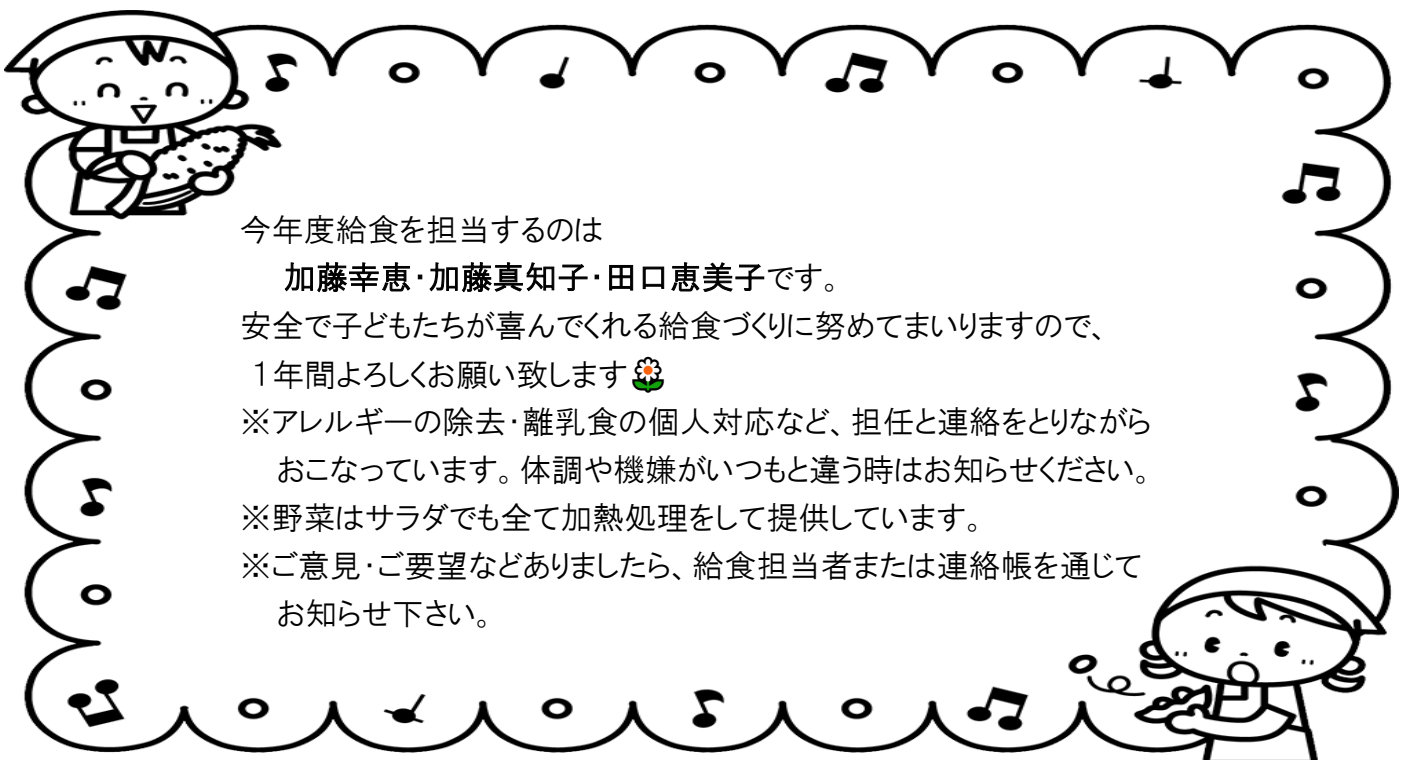
🌸ご入園、ご進級おめでとうございます🌸

新しい環境での生活が始まり、子どもたちは期待や不安や緊張でいっぱい毎日だと思います。特に新しく入園するお子さんにとっては、初めての給食も始まります。給食には好きな物だけでなく、初めて食べる物や食べ慣れていないものもでてきます。保育園の給食は、子ども一人ひとりの“食べる力”を育てていく配役を担っています。最初のうちはまず、給食に慣れてもらうために献立や量を考慮し、無理なく喜んで食べてもらえるように進めていきます。

～*朝食を食べて登園しましょう*～

朝食は、1日の始まりに欠かせない大切なエネルギー源です。休息状態にあった脳や体を目覚めさせる役割や、生活リズムを整える役割があります。特に保育園では午前中にお散歩に行ったり、遊んだり活動的です。朝食をしっかりとると、体が元気に動き、脳の働きも活発になります。体を芯から温め、体温を一定温度に高められるのは食べ物だけです。タンパク質の多い食品や、エネルギーを蓄えるごはんやパンをしっかりと組み合わせて食べるようにしましょう。

- ① パワーの源・主食⇒ご飯、パン類、穀類など
- ② 筋肉や血の源・主菜⇒目玉焼きなどの卵料理、焼き魚、炒り豆腐などの豆腐料理など
- ③ 身体の調子を整える・副菜⇒おひたし、サラダ、果物など
- ④ 汁物/飲み物⇒具だくさんみそ汁、スープ、牛乳など



今年度給食を担当するのは

加藤幸恵・加藤真知子・田口恵美子です。

安全で子どもたちが喜んでくれる給食づくりに努めてまいりますので、

1年間よろしくお願い致します🌸

※アレルギーの除去・離乳食の個人対応など、担任と連絡をとりながら

おこなっています。体調や機嫌がいつもと違う時はお知らせください。

※野菜はサラダでも全て加熱処理をして提供しています。

※ご意見・ご要望などありましたら、給食担当者または連絡帳を通じてお知らせ下さい。