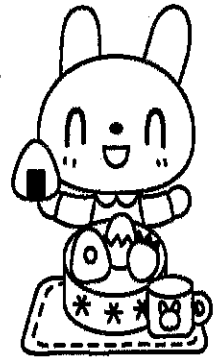


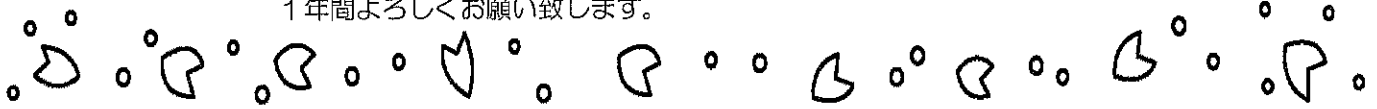


入園・進級おめでとうございます



いよいよ、新年度が始まります！たくさんのお友だちを迎え、これから始まる1年に胸ときめかせていることでしょう。また初めての集団生活や進級で緊張や不安もあるでしょう。給食室では、そんな子どもたちが楽しい時間を過ごせるように愛情をたっぷりこめて、安心安全な給食・手作りおやつを提供していきたいと思います。

1年間よろしくお願い致します。



朝ごはんをたべよう

★朝ごはんを食べるといいことがいっぱい★

①脳が活発になり、集中力もアップ！

…寝ている間も脳はエネルギーが使われます。朝ごはんを食べないと脳に栄養がいかず、午前中ボーっとしてしまいます。

②睡眠で下がっていた体温を上げ、1日元気に遊べる体に！

…寝ている間に下がった体温を上げてくれ、1日元気に遊ぶことができます。

③朝の排便がスムーズに！

…朝ごはんを食べると、腸が刺激され朝の排便を促してくれます。

④大切な栄養源

…1回の量をたくさん食べられない子どもたちには、1日3食きちんと食べることが十分な栄養を得るためにも必要です。



加熱調理で食中毒予防！

保育園給食では生野菜は、どんな献立の場合にも出しません。すべての野菜には、焼く・煮る・茹でるなど火を通していただきます。

給食は薄味を心がけています！

園児が濃い味に慣れないよう、また食材自体のもつおいしさを味わってもらうために、料理は薄味を心がけています。

～保育園での食育～

クラスごとに給食のおかずやおやつを子どもたちと一緒に作るクッキングを楽しんでいます。普段食べている給食がどんな過程を経て作られているのかを知って、お友だちと作る楽しさや食への興味を持ってもらえるようにしています。

また菜園活動を通して野菜や果物がどのように育っていくのか、それらがどんな食べ物になるのかを楽しく学んでいます。

