

もいもい げんき

ご入園、ご進級おめでとうございます



今年も新しいお友達を迎え、新年度がスタートしました！

少しずつ新しい環境に慣れていきたいですね★

毎日給食とおやつを展示しています！ぜひ、ご家庭での話題や気になるものがあればお家でも作ってみてください^^

また、掲示板では行事食のお知らせや食育についてのお手紙なども掲示しているのでご覧になっていただければ嬉しいです♪

朝ごはんを食べよう！🍣

朝ごはんは食べたほうが良いとわかっていても、忙しかったり食べてくれなかったり、では朝食をとると子どもの体にどんな良い影響があるか改めて考えてみましょう！

- 1、午前中からしっかり活動するための、栄養を摂ることができる。
- 2、脳や消化器官を目覚めさせ、体温が上昇することで体が活動する準備が整う。
- 3、便秘予防になる。

朝は食欲がなくて食べてくれない💧そんな時は・・・

食べる前に水分補給！

→寝起きは水分不足になりがちです。水やお茶などで消化器官を動かしてみましょう！

食べる量は少量でも大丈夫！

→朝ごはんは少量でも食べる事で体が一日の活動にむけて動き出すことを覚えさせましょう！
子供の間は生活リズムも調整途中なので朝ごはんは体のスイッチを入れましょう★

新年度を機に食生活を見直してみましょう！

おなかの空くりズムを作る・食事作りや準備に参加する・食べ物の話をする

向陽台保育園の給食

「園のしおり」にも書いてありますが、当園の給食は野菜たっぷりて食材の味を生かす「出汁」をたくさん使った給食です！最初は野菜が苦手な子どもたちですが、年齢が上がるにつれて食べられるようになってきます！また、おやつも甘いものだけではなく、おにぎりや麺類の提供もしています。安心と美味しく楽しい給食作りを心がけています^^



4月の行事、給食



11日 誕生日会です！

わかめご飯、幼児：からあげ、乳児：照り焼きチキン、青菜のおかか和え、味噌汁
おやつははらぺこあおむしのカップケーキがです 🍰

絵本を読んでみましょう♪

🌻🍓 4月の旬の食材 🌻🍓

アスパラ、キャベツ、わけぎ、レタス、きくらげ、いちご、
キウイ、デコポン、さわら、しらす、たいなど

給食室職員紹介

阿部（調理）須田・櫻野・板橋（栄養士）

パート職員 鈴木・松本

です！おいしい給食を作っていきます！！

よろしくお願いいたします！！



リクエストメニューを各お部屋の年長さんが決めてくれました！！

バランスの良い美味しいご飯でした！

<うみのお部屋>

- ・納豆ご飯
- ・鶏肉のマーマレード焼き
- ・ハワイアンサラダ
- ・ワンタンスープ

おやつ フルーツポンチ



<もりのお部屋>

- ・味噌ラーメン
- ・春雨サラダ
- おやつ 味噌おにぎり



<そらのお部屋>

- ・ハヤシライス
- ・ポテトサラダ
- おやつ りんごゼリー

