



4月 給食だよ!



2021年4月配布

ご入園・ご進級おめでとうございます!

あたたかい日が少しずつ増え、春らしくなってきました。

4月になり、子どもたちは、不安と期待に胸をふくらませていることと思います。保育園での生活は、新しい先生や友達との出会い、たくさんの友達と一緒に食べる給食や、様々な食に関する体験を通して、食への興味が持てるような環境作りをしていきたいと思っておりますので、保護者の皆様もご協力をよろしくお願いいたします。

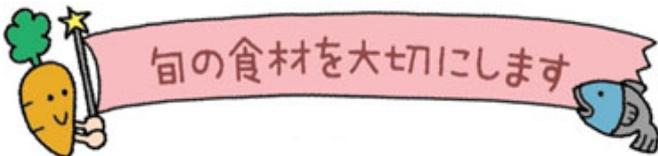
朝ごはんを食べて登園しましょう



朝ごはんは一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体は、エネルギー不足で体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、イライラしたり、元気に遊ぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動ができるように、朝ごはんをしっかりと食べましょう。



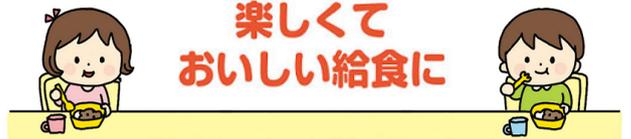
玉島保育園の給食は・・・



よりおいしい給食を作るため、旬の食材を積極的に使用しています。特に野菜や果物、魚介類は旬のものほど味が良く、その時期に人が必要な栄養素をたっぷりと含んでいます。また、よく市場に出回るため、新鮮で値段も安価です。調理法に工夫をこらしていますが、同じ食材の献立が続くこともあります。ご理解のうえ、ご了承ください。



楽しくておいしい給食に



保育園の給食は、野菜料理が多く、家庭では食べたことのない味や苦手な食べ物もです。色々な食の経験を繰返すことで、たくさんの種類の食べ物の味に慣れ、食事の大切さ、楽しさが感じられるようになって欲しいと思います。



栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育みます。

