

# 給食だより



令和3年4月号

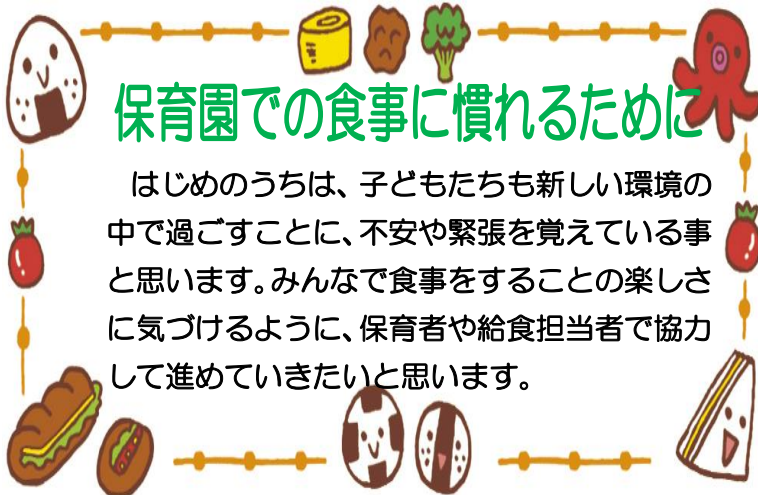
## 食育ってどんなこと？

食育とは、様々な体験を通して、「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食を営む力にとって、基礎ができる乳幼児期は重要な時期になります。

### 〈食育で目指す子どもの姿〉



- ・おなががすくリズムの持てる子ども
- ・食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ・一緒に食べたい人がいることも
- ・食事づくり、準備に関わる子ども
- ・食べ物を話題にできる子ども



### 保育園での食事に慣れるために

はじめのうちは、子どもたちも新しい環境の中で過ごすことに、不安や緊張を覚えている事と思います。みんなで食事をする事の楽しさに気づけるように、保育者や給食担当者と協力して進めていきたいと思ひます。

### 朝ごはんを

### 食べましょう



朝食は、体にプラスのことばかりです。

- ♪体温をあげることで体が活動的に
- ♪血糖値をあげて脳のエネルギーを
- ♪噛むことで脳が目覚める
- ♪一日の食品数が増える
- ♪胃腸が活発になり、便秘解消に

## メニュー紹介

土曜日メニューです  
しょうゆラーメン



おわかれ会のメニューです  
照り焼きチキンバーガー  
カレーポテト  
ブロッコリーごま酢  
野菜スープ メロン



中華風ｺｰｽｰﾌﾟ



ﾊﾞﾑｶｯﾌﾞ



ｽｲﾄﾝ



ｷｯﾌﾟﾈうどﾝ



からあげ



ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ

ゆり組さん(5歳児)のリクエストメニューです  
じぶんがリクエストしたメニューの日は 特におおよろこびでした



ｶｰｺｯﾌﾟ



ｳｲﾝﾅｰ-ﾁｰｽﾞの  
ﾏﾌｲﾝ



ｶﾚｰ



たまごサンド



揚げパン



きなこの揚げパン