



4月

給食だよ!



ご入園・ご進級おめでとうございます。

新年度を迎え、子どもたちも新しい生活が始まります。初めはお部屋の移動や新しい担任など環境の変化に慣れるのが精一杯だと思います。子どもたちが一日を気持ちよく過ごせるように、周りの大人たちが生活リズムを整えてあげましょう。給食の時間が、保育園生活の中で楽しい時間の一つになっていくように美味しい給食を作っていきたいと思います。



春に旬を迎える食べ物



旬の食べ物は美味しいだけでなく、栄養が豊富です！旬の物を食べて体を元気にしましょう。春が旬の食べ物を紹介します。



《 野菜 》

- ・スナップエンドウ
- ・新玉ねぎ
- ・春キャベツ
- ・たけのこ
- ・菜の花



《 魚 》

- ・鯛
- ・さわら
- ・かつお
- ・あさり
- ・ホタルイカ など



《 果物 》

- ・マンゴー
- ・びわ
- ・キウイフルーツ
- ・いちご
- ・はるみ など



「いただきます」ってどんな意味？

何気ない食事のあいさつですが、このあいさつは日本独自の文化です。では、どんな意味が込められているのでしょうか。私たちは生きるために「何か」を食べなくてはなりません。その「何かは」植物や動物でありそれぞれに命があります。「いただきます」は「あなたの命を私の命にさせていただきます」という感謝の意味が込められています。また、野菜を育ててくれた農家さん、魚をとってくれた漁師さん、それらの材料を使って料理をしてくれた人など食べ物が口に届くまでに関わったすべての方々への感謝の意味も込められています。

意味を知ること、食べられることへの感謝を忘れずにしたいですね。

