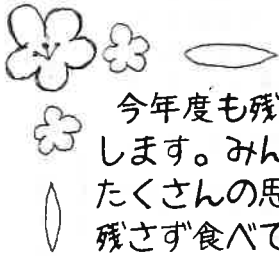


給食だより



管理栄養士 なかやま



今年度も残すところあと1ヶ月。1ヶ月後には子供たちは卒園・進級します。みんな1年間の様々な行事や活動を通して体も心も大きくなり、たくさんの思い出をつくったことでしょう。給食を食べる量も増え、残さず食べてくれるので成長した子供たちの笑顔を見ると、給食を通して嬉しく思います。

3月は今年度を締めくくり、1年間の食生活を振り返ってみましょう☆



3月3日は、「ひなまつり」ですね！

保育園では、2日(金)が行事Xニューです。

おたのしみに...♡

子供の生活リズムをつくる5つの定点を大切に!

幼児期は、生活のリズムを確立する大切な時期です。5つの定点を大人が定めることが大切です。

- ①朝は決まった時刻に起きましょう。
- ②朝ごはんは1日のスタート!簡単な料理でも、大人と一緒に食べましょう。
- ③たくさん遊んで、昼ごはん。
- ④夕ごはんは時刻を決めて、寝る2時間前には食べましょう。
- ⑤暗い部屋で、大人と一緒にゆっくり眠りましょう。



朝

すっきり起きて
朝食を摂ろう!

昼

天気の良い日は
外でおもいじり!



夜

家族や友達と
楽しい時間を...



『2月2日(金) まめまき』

チキンライスと大豆のかき揚げぞ鬼!!



クッキングの様子
ちゅうりっぷくみ

玉ねぎの皮むきをしました



最後になりましたが...

この1年間、給食を通して子どもたちと触れ合うことができたこと、

美味しく・楽しく・安全に給食提供ができました。

ありがとうございます。

・給食室職員一同・