

給食だよ

令和5年度4か
立場らび北保育園

早寝・早起き・朝ごはん!! 規則正しい食事をとりましょ!

御入園・御新級
おめでとうございます。

今年度も子どもたちのために安全で美味しい
給食提供に努めてまいります。
一年間よろしくお願ひ致します!!

★人の身体は夜は「眠り」昼は「活動する」とリズムがあります。
昼・夜の気温差や体温・呼吸・血圧など目覚めから睡眠まで
規則正しいリズムが1日の周期としてととのっています。
規則正しい食生活が体のリズムを整え健康を維持して行きます。
朝の忙しい時間と思いきやお子様と一緒に食事をとる習慣を
作ってみてはいかがでしょうか。(ご無理ない程度で...)
コンルーフ+牛乳+トースト+チーズ+果物(バナナ)が簡単な朝食で
良いと思います。子どもと一緒に朝食タイムで1年間の新しいスタートを
切ってみてはいかがでしょうか。
保護者様の健康も大切にしながら今年も1年間頑張ってください!!

《職員紹介》

〈池田〉

〇オとろキの子育てをしたから、
4月から復帰をします! ドキドキ!!
ですが、子ども達の笑顔に会える
のを楽しみにしています。

〈中島〉今年度も子どもたちに「おいしいよ」と
いってくださる様な給食おやさい作ります。
私は4キの孫の「おばあちゃん」です。気持ちよ
この園で「一番若い...」と思いきや!
食事のことはぜひ、お園のことが
ありましたら、お声をかけて下さい。
相談にのらせていただきます。
今年もどうぞ
おしお願ひ致します。

給食室
から



4かんの食育

〈7キ見じ組〉

進級したての「にじ組」! 今月は新しいクラスで
お友達と楽しく給食の時間をすごしましょう!

〈2キ見そら組〉

野菜観察やクッキーの型ぬき、おかい物と「にじ組」の
時の様に今年度も「そら組」のお友達と一緒に
食育を楽しみましょう!