



4月給食だより



令和3年4月1日発行

ご入園・ご進級おめでとうございます。

暖かな春の陽気と共に、今年度がスタートします。

新しい環境での生活が始まり、子ども達は毎日わくわく、ドキドキしていることでしょう。

保育園の給食を通して、子ども一人ひとりの“食べる力”を育めるよう、美味しい給食を提供していきたいと思っています。一年間、どうぞよろしくお願い致します！



早寝・早起き・朝ごはん

新年度は、一日の生活リズムを作る良い機会です。一年間、元気に楽しく過ごせるように、生活リズムを整えていきましょう！！

★早寝・早起きの習慣をつけましょう！★

早起きすることで、リズムが整ってきます。朝の目覚めをすっきり迎えることで、身体のスイッチが切り替わり、活動モードになります。



★食事の時間を決めましょう★

食事の時間を決めると身体のリズムが整います。



★朝ごはんを食べて登園しましょう★

朝ごはんは一日のエネルギーです。朝ごはんを食べることで、身体も目覚め、一日のスタートを気持ち良く迎えられるます。朝は忙しい時間帯ですが、簡単なものでもよいので、朝ごはんを食べる習慣をつけましょう。



午前中は遊んだり、お散歩に行ったりと行動的！！
しっかりと朝ごはんを食べて登園してくださいね。



「いただきます」と「ごちそうさま」



食事の時に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？

新しいクラスでの食事が始まりました。この機会に食事のあいさつと意味を再確認しましょう。

●「いただきます」

→食べるという意味だけでなく、動植物の命をいただくという意味もあります。

●「ごちそうさま」

→動植物の命を育てた人や、料理を作ってくれた人への感謝の気持ちを込めた言葉です。

食事のあいさつの意味を知ることによって、食べ物を大切にする気持ちが育ってくれればと願っています。