



水巻第一保育所 令和4年4月号

ご入園、ご進級おめでとうございます。

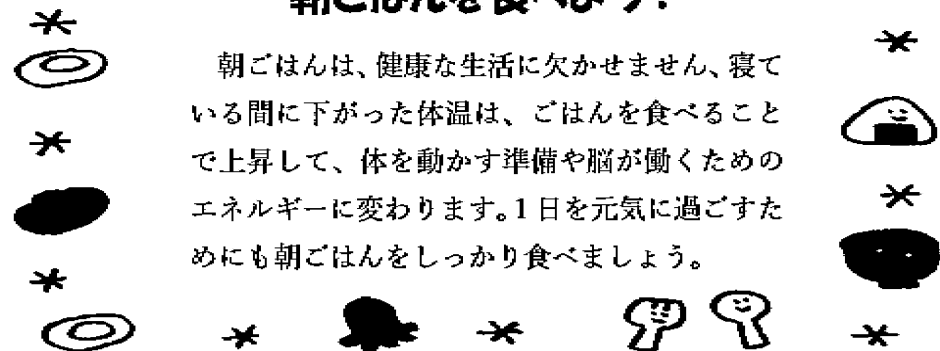
期待が膨らむ新年度が始まりました。給食室では、子どもたちの健やかな成長を支えることができるように、栄養バランスの取れたメニューを提供し、食にも関心が深まるような活動を行っていこうと思っています。

1年間どうぞよろしくお願いいたします。



### 朝ごはんを食べよう!

朝ごはんは、健康な生活に欠かせません、寝ている間に下がった体温は、ごはんを食べることで上昇して、体を動かす準備や脳が働くためのエネルギーに変わります。1日を元気に過ごすためにも朝ごはんをしっかり食べましょう。

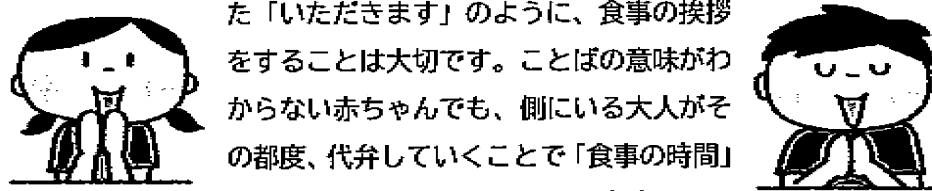
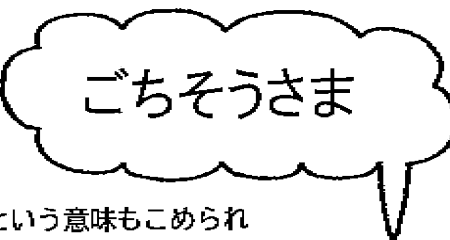


楽しくて  
おいしい給食

子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

**こだわりポイント**

- ① 旬の素材を使う
- ② 添加物や農薬に気をつけて食材を選ぶ
- ③ だしから、すべて手作りにする
- ④ 硬さや大きさなど年齢に合った食材の形状にする



「命をいただく」という意味もこめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、側にいる大人がその都度、代弁していくことで「食事の時間」を大切に感じられるようになります。

