



4月 給食だより



2025年4月配布

ご入園・ご進級おめでとうございます！

あたたかい日が少しずつ増え、春らしくなってきました。

4月になり、子どもたちは、不安と期待に胸をふくらませていることと思います。保育園ではたくさんの友達と一緒に食べる給食や、菜園活動やクッキング等様々な食に関する体験を通して、食への興味が持てるような環境作りをしていきたいと思ひます。

玉島保育園の給食は… 「楽しくて、おいしい給食に」



保育園の給食は、野菜料理が多く、家庭では食べたことのない味や苦手な食べ物もでできます。色々な食の経験を繰り返すことで、たくさんの種類の食材に慣れ、食事の大切さ、楽しさが感じられるようになって欲しいと思ひます。栄養価を満たすことはもちろんですが、体も心も育み、子どもたちが元気で健やかに大きくなるように、願いを込めて給食を作っています。



*



*



*

旬の食材を大切にします



よりおいしい給食を作るために、旬の食材を積極的に使用しています。特に野菜や果物・魚介類は旬のものほど味が良く、栄養素をたっぷりと含んでいます。また、よく市場に出回るため、新鮮で値段も安価です。給食で旬の野菜を提供する際、玄関口に展示を行うので是非子どもたちと見て頂き、ご家庭でも食卓に並べてあげて下さいね！！



春が旬の食材



たけのこ



わかめ



いちご



春キャベツ



新玉ねぎ



アスパラガス



かつお



朝ごはんを食べましょう



朝食は、体にプラスなことばかりです。

●体温を上げることで体が活動的に。

●血糖値を上げて脳にエネルギーを。

●噛むことで、脳が目覚める。



●1日の食品数が増える。



●胃腸が活発になり、便秘解消に。

