



給食だより

令和5年度4月
古市ひかり保育園

入園・進級おめでとうございます。

給食室では、園児の心と身体の健やかな成長を支えていくため、安心・安全でおいしい給食づくりを目指し努力していきます。また、楽しい食事や食に関する体験を通し、食への興味がもてるような環境づくりを心がけていきますので、ご理解・ご協力をよろしくお願い致します。



古市ひかり保育園の給食について

- 自演調理の完全給食で、和食献立を基本とし、洋風・中華風も取り入れています。
- 国産の食材にこだわり、旬の食材を取り入れ季節感のあるメニューを心がけています。
- 食べ物の持ち味を活かした、薄味の給食です。
- 行事の日には、子どもたちが喜ぶイベント食を提供します。



食育活動

食育を通して実際の野菜などに触れる機会をもち、食べる事への興味をもって欲しいという思いで、みんなで楽しみながら行っています。

今月は、18日(火) **春キャベツちぎり**

その日の給食では春キャベツを使用した献立にしています(*^-^*)



朝ご飯をしっかりと食べよう！

- 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。
- 胃腸が活発になり、便秘解消に。



保育園で元気にお友達と遊びながら多くのことを学ぶためには、1日の始まりである朝に栄養補給をすることが大切です。そのためにも、朝ご飯はきちんと摂るようにしましょう。