

給食だより

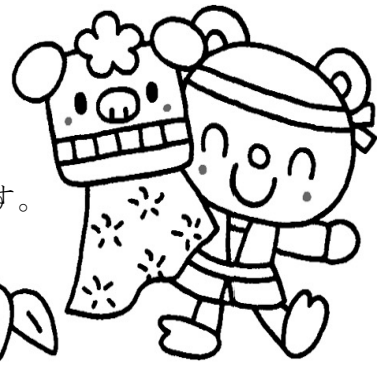


令和5年1月6日 会津報徳保育園



謹賀新年

子どもたちの健やかな成長を見守っていきたいと思います。
どうぞ宜しくお願い致します。

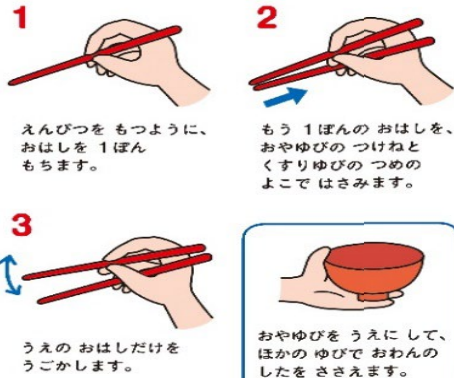


七草がゆ(春の七草)

正月の7日に七種の若菜を入れたかゆを食べて、1年の無病息災を祈念した年中行事です。秋の七草が鑑賞を目的としたものに対し、春の七草は食用とされる植物が選ばれています。緑の乏しい寒中にとって食べ、邪気を払い、縁起を祈った風習が伝えられています。春の七草はせり・なずな・ごぎょう・はこべ・ほとけのざ・すずな・すずしろのことです。保育園でもおやつに七草がゆを取り入れてみました。七草を食べ胃腸をいたわり、1年間の無病息災を祈りたいと思います。

お正月は家族でのんびり・ゆったりと過ごす時間もあると思います。
お子さんとお箸やお茶碗の使い方についてお話しするのはいかがですか

おはしやおわんのもちかた



便秘・下痢に注意

ジュース・アイスクリームなど、おなかの調子を悪くしないためにも量を考え、体調管理をしっかりとってください。また、下痢を起こすと体液のバランスが崩れますので、水分補給が必須です。

今月の予定

- 12日(木) だんごさし
- 13日(金) お誕生会
- 20日(金) お店屋さんごっこ

4期(1月~3月)の目標

- 0~2歳児
色々な種類の食べ物を味わい、皆で楽しく食事をしよう
- 3~5歳児
体の仕組みや食べ物の働きを知り、バランスよく食事をしよう