

給食からのおたより

3月号 面川報徳保育園



1年も終わりに近づきました。4月から比べると、食べる量も増え、たくましくなったように感じられます。また、「もういらない・・・」「食べたくない・・・」と
言っていたのに、「全部食べたよ！」「おかわりしたよ！」とうれしそうに話してく
れる子どもたち。給食を通して、自信をつけ、確実に成長した姿に感心させられま
す。

今月は、卒園式、お別れ会・・・等行事がたくさんありますので、ご家庭でも食
事と栄養バランスに十分ご配慮下さい。

食事の30分前には起こしましょう！



私たちの身体は、寝ている間に体温が下がっています。子どもが朝起きて体温が上がり、活動の準備が整うまでの時間は20分程だと言われていま
す。ですから、朝食の30分くらい前には起きていることが理想です。

また朝食をとることによって、基礎代謝が高まり、体温や血糖値が上昇し、脳が活発に働き始めます。朝食をとらないと、集中力に欠けたり、遊ぶ意欲も
わかなかつたりしますから、毎日朝食をとる習慣を身につけましょう。



角・・・とんがりコーン
髪・・・錦糸卵
まゆげ・・・のり
目・・・うずらの卵
鼻・・・ミニトマト1/2
口・・・のり
きば・・・うすやき卵
金棒・・・ブロッコリー

年長児さん大好き献立

人気ランキング

- 1位 鶏肉の唐揚げ
 - 2位 カレーライス
 - 3位 やきそば
- 他にシチュー・ソーメン・レバー・スパゲティ・・・が人気でした。3月の献立はさくら組さんの人気メニューをたくさん取り入れました(^o^)

2/3 節分の給食

鬼カレーライス・コールスローサラダ・牛乳・オレンジ

今月の給食目標

何でも食べる
元気な子どもになろう！



今月の予定

- 3日(火)ひなまつり誕生会
 - 6日(金)年長児さん大好き献立
 - 28日(土)お別れ会
- ※3日・6日・28日はお弁当包みに箸だけを包んで持たせて下さい。

