

4月給食だよ!

平成26年4月1日 発行

大戸報徳保育園

第 1 号



進級 おめでとうございます

4月は担任やお部屋が変わったりと多少なりともストレスのかけやすい時期であるため、食欲が低下するなどの影響が出てることがありますが、これは一時的なものです。

体調を整えて元気に登園できますように、ご家庭でも子どもたちの食事・様子にご配慮いただきたいと思っております。



朝食で

元気モリモリ!!



朝起きて、朝ごはんを食べると、元気に1日のスタートが切れます。その秘密は、脳の働きにあります。脳は体が眠っている間も休まずに働いているため、朝にはすっかり栄養不足に。そこで朝、ごはんやパンを食べて脳のエネルギー源「ブドウ糖」を補給すると、脳が元気になるのです。おにぎり1個とみそ汁、前日の残りものをちょっと温めて食べるだけでも、1日のスタートが違ってきます。

しっかりと朝ごはんを食べて、元気に登園してください。



子どもたちの園での様子や簡単レシピ、栄養素のことなどお伝えしていきます。ご質問・ご要望などございましたら、ぜひお声をかけていただければと思います。

子どもたちの健やかな成長と元気な活動の源として、毎日おいしい給食を提供していきたいと思っておりますので、ど

