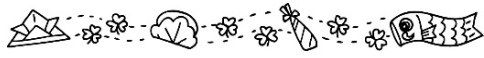




給食だより



令和3年5月1日



会津報徳保育園

新緑の美しい季節となりました。さわやかな5月の風に吹かれ、園庭を楽しそうにかけまわる子どもたち。笑顔いっぱいの毎日を過ごしています。

4月に野菜の苗を植えました。水やりの方法を学んだり、野菜の成長を日々観察しながら収穫時期を楽しみにしてほしいと思います。



納豆のパワー



納豆は、良質のタンパク質を含んでいる他、ビタミンE、B1なども多く含んでいます。また、納豆菌はビタミンKをつくりだします。ビタミンKは良質のたんぱく質とカルシウムの接着剤として働き、丈夫な骨を作る効果が期待できます。

納豆菌がつくり出す『ナットウキナーゼ』には、薬に匹敵ほどの血栓予防効果があると言われています。このような様々な効果がある納豆は、小さい子どもから高齢者までおすすめしたい食品です。



食育活動

野菜の苗植え（さくら・たんぼぼ・もも）



さくら

にんじん・なす・かぼちゃ

たんぼぼ

トマト・枝豆

もも

パセリ・ピーマン

さくらさんに栄養満点の土作りをしてもらい、各クラスごと苗を植えました。

野菜のきれいな花をみたり、大きく成長するように日々観察していきたいと思います。



1期(4~5月)の目標

0~2歳児

新しい環境と園の給食に慣れよう

3~5歳児

正しい食事のマナーを身につけ

食べる楽しさを味わおう

今月の予定

3日(月) 憲法記念日

4日(火) みどりの日

5日(水) こどもの日



14日(金) スナックえんどうの筋とり(さくら)

18日(火) 絹さやの筋とり(たんぼぼ)

20日(木) よもぎ団子作り

(もも・たんぼぼ・さくら)

21日(金) お誕生会

