



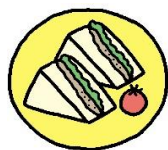
朝ごはんを食べましょう



新年度が始まって1か月が過ぎ、園で過ごす時間も1日の生活リズムの中に入ってきた頃でしょうか？

園では午前中、園庭や保育室でたくさん遊びます。頭も身体も使い、エネルギーが必要になりますので、朝ごはんでの栄養・エネルギー補給はとても重要です。

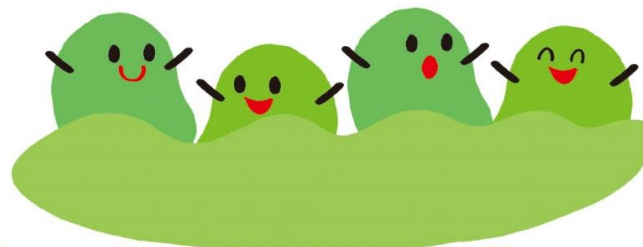
忙しい中、朝ごはんを用意するのも食べるのも難しい日もあるかもしれませんが、成長期の子どもたちには大切な食事なので意識して食べられるようにしましょう。朝ごはんを食べるには30分前には起きた方が良いでしょう。早起きのために早寝をするリズムをつくり、「早寝・早起き・朝ごはん」のサイクルを作りましょう。



給食レシピ リクエスト

玄関の展示食の近くに給食のレシピが置いてあります。給食の献立で気になるものがありましたら、リクエスト用紙に記入して、出してください。

記名を忘れずに
お願いいたします。



そら豆のさや取り

5月の献立で「そら豆のホクホクサラダ」があり、子どもたちとそら豆のさや取りをします。大きなさやを前にしてどうやって取り出そうか考えたり、出てきたときに宝物を見つけたような表情が毎年見られます。今年はどうのような姿が見られるか楽しみます。

