

2025年



給食だより

認定こども園わんぱくはうす



今月の目標

朝ごはんを食べよう！



新年度が始まり、1か月がたちました。新しお部屋での生活にだいぶ慣れてきたようです。給食も毎日よく食べていますが、お子さんの反応はいかがでしょう。給食では苦手な食べ物や、食べたことのない味があるかもしれません。少しずついろいろな食材にチャレンジして「食材のおいしさ」や、「食事の楽しさ」を感じてほしいと思います。

朝ごはんを 食べよう！

朝ごはんを食べるとエネルギーになることはもちろんですが、起きて食べるということで生活のリズムを整えることにつながります。習慣づけが大切ですので、始めはごく簡単なものでも大丈夫ですよ。

からだがON!
体温が上がり、
体の機能が
目覚める。

**朝ごはん
スイッチON!**

あたまがON!
ごはんに含まれる
ブドウ糖で
脳が目覚める。



おなかがON!
腸が刺激され、
排便を促す。

◎クッキング (げんきぐみ)

げんきぐみの今年度最初のクッキングは、「よもぎ団子」を作りました。みんなでよもぎ摘みをして、そのよもぎを使って、クッキングを行いました。



茹でたよもぎ団子をお皿にとって、きな粉とあんこを自由にトッピングしたら完成です！
給食の時間に美味しく頂きました♪



～食育の話～

4月の食育の話は、「正しい手の洗い方」についてお話をしました。食事やおやつ前、外から帰ったとき、トイレのあとなどにはせっけんで手を洗い、きれいなタオルでふきましょう！



げんきぐみクッキング

5月29日(木) おにぎり・みそ汁

◎もってくるもの
エプロン・三角巾・マスク

