



# 給食だより

令和5年 4月 1日  
認定こども園 深江幼稚園

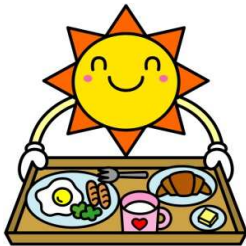
## ご入園・ご進級おめでとうございます

うらかな日差しの中、お子様のご入園・ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、こども達も新しい生活が始まりました。進級したとたんに甘えん坊から頑張り屋さんに変身することも達にびっくりしています。園ではハウスや畑で季節ごとに色々な野菜を種蒔きからこども達と一緒にしています。収穫した野菜は給食室で調理し、給食として提供しています。また、りす組（2月）・うさぎ組（11月）・きりん組（6月）では年に一回、クラ実施し、食への関心を育てています。



## 気を作る合言葉「早寝・早起き・朝ごはん」

### 朝起きた時はエネルギー不足です

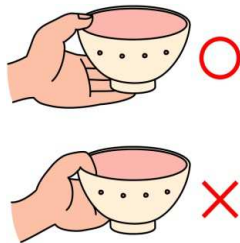


寝ている間も脳は働いているため、朝起きてすぐは脳のエネルギー源のブドウ糖が不足しています。そのため、朝ご飯で脳のエネルギー源や様々な栄養素を補給する必要があります。朝ご飯は活動のエネルギー源になるほか、睡眠中に下がった体温を上げて、体を眠りから覚ましたり、血糖値を上げたり、朝の排便習慣につながったりする効果があります。

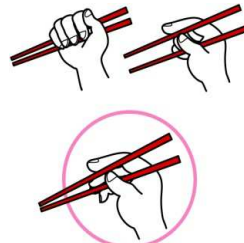
## 食事マナーはくり返し伝える事が大切です

まずは、おとなが手本を見せるようにします。こどもがきちんと茶碗を持っていない時はその都度、声をかけます。くり返し伝えて、こどものうちから茶碗を上手に持って食べる事を身につけられるようにします。箸の持ち方も同様です。

園でも「お箸を持っていない手はお皿を持つか、触るかしようね」と声かけしています。



親指ではく人さし指をかける子も多くいます。



補助ばしを卒業したら、持ち方が崩れる子が多いようです。

### ☆お願いとお知らせ☆

園では、りす・うさぎ・きりん組さんには家庭より主食（ご飯）を持参してもらいます。量の目安としては110gです。カレーなどの変わりご飯の時には、お弁当箱にルーをかけるので、大きめまたは深めのお弁当箱に持たせて下さい。110gはあくまで目安です、個人に合わせて調節してください。毎月第2火曜日はパンの日になり、ご飯は要りません。パンの日が変更になる場合はお知らせします。献立によってはスプーンが必要な日もありますので、献立表にスプーンのマークがついている日には忘れずに持ってきて下さい。

### ★お茶について★

気温が上がるとお茶が足りず貰いに来る子が増えます。大きい水筒や2本持たせるなどお願いします。

## 給食室職員紹介 どうぞ宜しくお願いします。

栄養士 永池房子  
調理師 兼田ひとみ  
★調理員 小嶺聡美

献立の作成、栄養管理、発注、書類の作成、調理補助、配膳を行っています。  
給食・おやつ調理全般、切菜、盛り付け、衛生管理、配膳を行っています。  
切菜、洗浄、盛り付け、調理補助、配膳を行っています。

4月より新しく、小嶺聡美先生が給食室の仲間に加わりました。  
こどもたちの為に力を合わせて頑張ります！

