



今年も残りわずかとなりました。クリスマス、年越し、お正月と楽しいことがいっぱいですね😊パーティーをしたり、親戚やお友達と集まったりして、ご馳走を食べる機会も多いのではないのでしょうか🍴また、年末年始のお休み中には子どもたちと一緒に過ごす時間も増えると思います。サラダの葉っぱをちぎったり、玉ねぎの皮をむいたり、食器を運んだり、小さな子でもできることはたくさんあるので、ぜひ子どもたちと一緒に食事の準備や片付けをしてみましょう👩🍳

来年も子どもたちにおいしい給食を食べてもらえるよう、給食室一同頑張ります🌟

大晦日にはなんで年越しそばを食べるの？

日本には昔から大晦日の晩に年越しそばを食べる慣わしがあります。そばの実は三角形をしているので邪気を払うのに縁起がいいという説や、そばは長くて細いので、「家族みんなが長く幸せでいられますように」「長生きできますように」という長寿や発展を意味するなど、色々な説があります。いずれにしても1年のしめくりに家族が揃って楽しく食事をするというのは大切にしたい習慣ですね😊❤



風邪予防! バランスよく食べよう!

12月は風邪やインフルエンザで欠席する子が多かったです。しっかりと栄養バランスのよい食事を摂ることで、ウイルスに対する抵抗力や体力がつかます🔗

特にビタミンAやビタミンC、亜鉛は風邪予防に役立ちます。ビタミンAは緑黄色野菜やうなぎ、ビタミンCは葉物野菜や果物、亜鉛は牛肉や牡蠣に豊富に含まれます。

上記の食物だけでなく、色々な食物をバランスよく食べ、しっかり寝て体を休めることも大切です🌟

すみれ組のみんな～!

お箸の練習してますか？

お家でお箸の練習はしていますか？

すみれ組さんは4月から給食の時間はお箸を使うようになります。今から少しずつ、お箸を使う練習をしていきましょう!!



リングに指を入れるタイプの補助箸を使うと、補助がなくなった時に上手に動かせないことが多いので、なるべく補助のない箸を使えるように練習してみましょう!

給食室からのおわがい

給食室では、毎月提出していただいている「預かり保育申込用紙」「園児送迎時間申請書」をもとに、毎日の出席予定人数を把握し、食材の発注をおこなっています。行事の振替日や小・中学校がお休みの日など、送迎時間が記入されているのに欠席である場合が多く、食材がたくさん余ってしまうことが多々ありました。急な体調不良等以外で事前にお休みが分かっている日は、「預かり保育申込用紙」「園児送迎時間申請書」に欠席であることを記入していただくと助かります。また、「預かり保育申込用紙」「園児送迎時間申請書」を提出した後に欠席に決まった場合や、欠席の予定が出席に変更する(給食やおやつが必要)などの場合は、分かり次第早めの連絡をお願い致します。

また、年末年始のお休みには、歯ブラシの毛がダメになっていないか、おしぼりは清潔かどうか(頻繁に熱湯や漂白などで消毒をしましょう)、記名がされているかを確認してみてください。よろしくお願い致します。