

いっただきま～す!!

寒さも和らぎ、春の気配が感じられるようになりました。子ども達が少しでも給食を通して食に興味を持つことができたなら嬉しく思います。今年度も、最後まで安心安全を心がけながら、楽しい給食となるよう頑張っていきたいと思ひます。

1年間
ありがとう
ございました!



3月の行事食 「いしはらランチ」



- 17日
- * オムライス (幼児・すみれ)
 - * ケチャップライス (たんぼぼ・ちゅうりっぷ)
 - * ハンバーグ
 - * マカロニサラダ
 - * コーンスープ

がまくん、カエルくんと仲良くなったひまわりさんには、別の日ですが、ハンバーグをカエルの形にしてみました!



16日

- * いちごのケーキ

ひまわりさんは
いちご・みかん・
ホイップクリームを
使って飾り付けをしました!



『食べる力』=『生きる力』



食べることは生きるための基本であるとともに、子どもの健やかな心と体の発達には欠かせないものです。飲み込むことから始まり、数ヶ月の間で出来ることがどんどん増え、卒園する頃にはお箸を使い、自分の食べられる量を知り、苦手なものも頑張って食べようとする姿も見せてくれます。そして、いろんな経験を重ね、これからは自分で食べるものを選択していくようになります。その選択は、大人に近づくにつれ回数も多くなり、選び、食べたものが自分自身をつくっていきます。

手軽に食べ物が手に入る飽食の時代をむかえ、生活習慣病という言葉が使われるようになった今、「食」と上手に向き合っていくことが求められるようになりました。食生活の基礎が形成されていくこの時期に、食の体験を広げながら重要性や楽しさを感じ、心身の健康を維持していく力を養っていくことで、生涯にわたって健やかに生きていくことへ繋がります。

子ども達は、出来ることが増えていく中でも、まだまだ周囲のサポートを得ながら、様々な場所で学び、沢山のことを身につけていきます。いしはらでも食べる心が心地よいものになるよう子どもたちと関わっていけたらと思ひます。

1年間の振り返りをしよう!

園や家庭での食事を思いかえし、自分の食生活や給食を通して学んだこと、出来るようになったことを振り返ってみましょう! ご家庭でも食のあり方を考えるきっかけになれば嬉しいです。

(□ の欄に、できた…○・時々出来た…△・できなかった…×をつけてみましょう)

<input type="checkbox"/> 食事の前に しっかりと 手を洗った 	<input type="checkbox"/> 「いただきます」 「ごちそうさま」 の挨拶をした 	<input type="checkbox"/> よく噛んで、 味わって食べた 	<input type="checkbox"/> 正しい姿勢で 食べた 
<input type="checkbox"/> 箸やスプーンを 正しい持ち方で 持った 	<input type="checkbox"/> 好き嫌いせず、 栄養バランス よく食べた 	<input type="checkbox"/> 自分のちょうどいい 量を食べることが できた 	<input type="checkbox"/> 朝・昼・夜、3食 しっかり食べた 