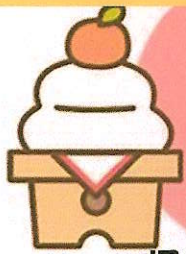


給食だより

2025年



1月



認定こども園睦保育園

生活リズムの乱れは

朝ごはんを取り戻す!!










年末年始のお休みを楽しくゆっくり過ごしたあとで、生活リズムが乱れることがあります。遅寝、遅起き、食事時間がバラバラ等・・・問題発生。そんな時は**決まった時刻にしっかり朝ごはんを食べる!!**



お正月は縁起物のおせち料理！それぞれ地方によって特色の違いはありますが園ではメニューに取り入れて、子ども達におせち料理のそれぞれの意味あいを伝えていきたいです。

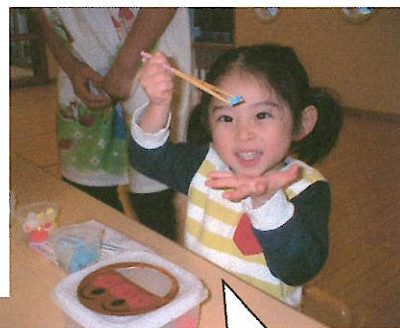
●おせち料理●

おせち料理に入っている食べものは縁起物の料理で日本の文化です。

-  かずのこ にしんという魚の卵なので、子孫繁栄の願い。
-  黒豆 まめに働き、まめに暮らせませうに。
-  田作り 田を作るということから、農作物の豊年などの願い。
-  伊達巻 だてとは絆とされ、勤勉などを意味しています。
-  栗きんとん きれいな黄色はお金を表し、お金がたまりませうにという願い。
-  昆布巻き よろこぶのこぶとなり、お祝いの縁起物です。
-  えび えびは茹でると曲がります。腰が曲がるほど元気で長生きに。
-  れんこん 穴があって向こうが見える。先を見とおせる年でありますように。
-  紅白かまぼこ 形が日の出に似ているので、初日の出を意味します。

お箸練習 しています！

ばら組さんの次は
すみれ組さん。
楽しんでやっています。



上手に
つかめたよ～

見ててね…



12日は手作りパンの日

つぼみ組さん達もモグモグパクパク…おいしいね♡



1月の予定

- 28日パンケーキ作り (すみれ組)野菜入りパンケーキを作り予定です。お楽しみに!!
- 20日～26日食生活チェック表にチャレンジ！(すみれ、ばら、ひまわり、ゆり組)下の表です。
- 16日保護者さんと一緒にお餅つき(ゆり組)

ちんの食生活

| | |
|----|----------------------------|
| 1 | はやね はやおき していますか？ |
| 2 | ごあいさつ していますか？ |
| 3 | あさごはん しっかり食べていますか？ |
| 4 | あさごはん しっかりあんでいますか？ |
| 5 | おやつ しっかり食べていますか？ |
| 6 | おかしやジュース たべすぎ(のめすぎ)ていませんか？ |
| 7 | なんでも しっかり たべられますか？ |
| 8 | たべたら はみがきしていますか？ |
| 9 | おてつだい していますか？ |
| 10 | かぞくどうって たべていますか？ |