



給食だより



令和2年度5月
ほうこく保育園

連日、新型コロナウイルスによる影響で不安な日々が続く中ですがいかがお過ごしでしょうか
当たり前の生活が送れる日々に改めてありがたみを感じております
一刻も早く、みんなとの楽しい保育園での生活に戻る事を祈っています
お家での食事、睡眠などの生活リズムはどうでしょうか？
毎日を健康に過ごすためには、「生活リズムを整えて体の中から元気を保つこと」が大切です。
生活リズムを整えるためには、3回の食事のリズムが大切です。

この状況だからこそ、日々の暮らしを見直し、

みんなが健康に過ごしていけたらいいですね！ 令和2年4月20日 撮影

園庭のチューリップがきれいに
咲いていました😊



今月のねらい

園での食事に慣れる ・ 旬の食材を知ろう！

旬の食材



さやえんどう スナップえんどう グリンピース そらまめ

新たまねぎ アスパラガス 春キャベツ かぶ(春)

いちご 新ごぼう 新じゃがいも たけのこ

あさり さわら 鯛 あじ



5月5日はこどもの日です

「端午の節句」ともいわれ、こどもの幸せと、
心身ともに健やかな育ちへの願いが込められた日です。

給食では5月12日(火)がこどもの日の献立となり、柏餅を食べてお祝いをします。

今年は園長先生が和菓子屋さんからお取り寄せしてくれます♪



柏餅

柏の葉は、新芽がでるまで古い葉が落ちないことから、
家系が絶えない縁起の良い樹木とされ、
子孫繁栄を願い食されてきました

行事や行事食には、それぞれいわれや意味があり、
先人たちの願いや思いが込められています。

親から子へ、子から孫へと、その思いを受け継いでいきましょう。

ひだまりのうえんしょうかい

立派なにんじんとだいこんができたよ！
それぞれの素材のいい匂いがしていたよ！
給食のお汁などに入れておいしくいただきました😊



にんじん

令和2年4月20日撮影



だいこん

令和2年3月31日撮影

みんなでパプリカとミニトマトを植えたよ！
これからの成長が楽しみです！



パプリカ

令和2年4月16日 撮影



ミニトマト

ブルーベリー 令和2年4月20日 撮影

ひめりんご



みかんの木



ほうこく保育園では
ブルーベリー、ひめりんご、みかんを育てているよ！
ブルーベリー、ひめりんごは
それぞれ可愛い花が咲いていたよ！
みかんは緑の小さな実になっていたよ！

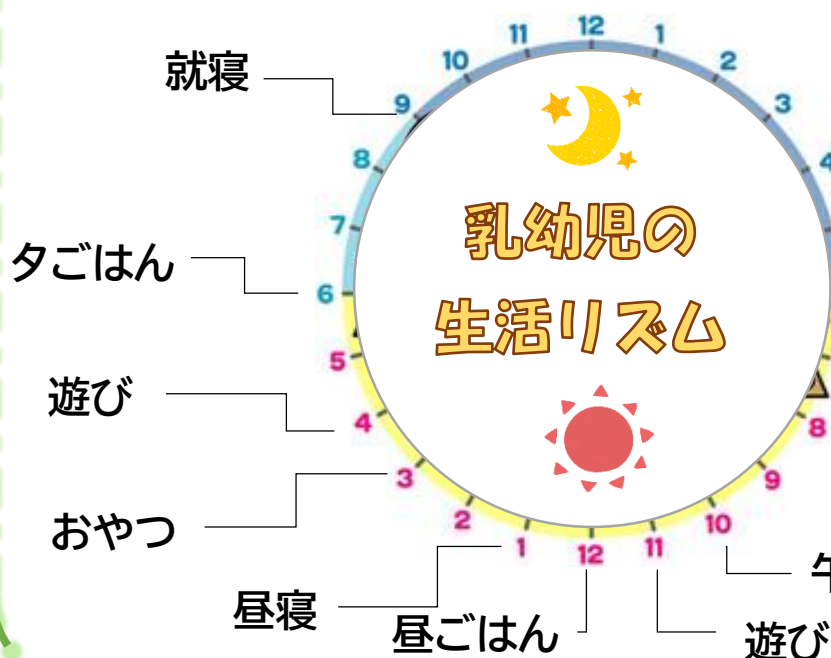


いちご

いちごは花を咲かせ
緑色の実になっていたよ！

令和2年4月20日 撮影

生活リズムを見直してみよう！



乳幼児の生活リズム

乳幼児期の生活リズムは
健康に成長していくためにも
大変重要になってきます。
お家での過ごし方と比べてどうでしょうか？
心も体も健康に丁寧な生活をしてみよう！
今一度見直してみてください！

起床

朝ごはんを食べる30分前に
起きることがポイントです！

朝ごはん