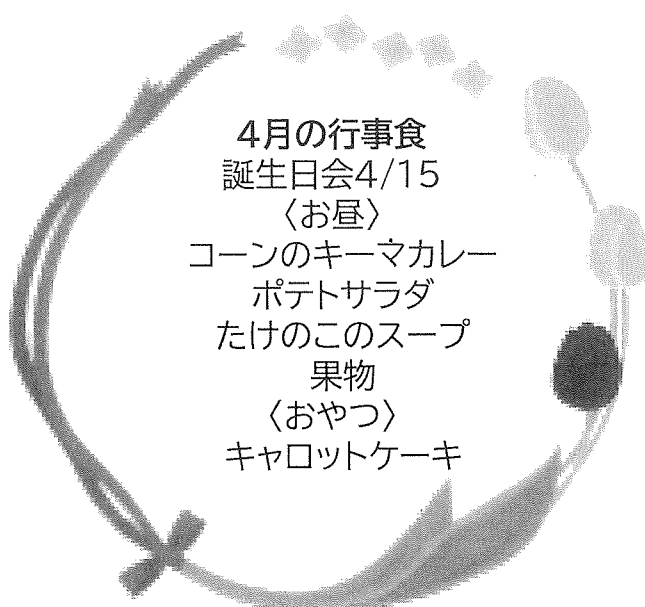


給食だより

2026年4月1日発行
ミアヘルサ保育園ゆらりん高輪
栄養士 関根凜生

進級・ご入園、おめでとうございます！

新年度が始まりました。今年度も心新たに、安心して安全なおいしい給食を子どもたちに届けられるよう栄養士一同頑張ります！食は心の糧でもあります。新しい環境の中で精いっぱいな子どもたちが、早く園生活に慣れ、給食の時間が楽しみになったり、ホッとする時間になりますように。食事に関する悩みや、給食で気になる点があれば連絡帳に記入していただいたり、いつでも栄養士にお声掛けください。今年度もよろしく願いいたします！

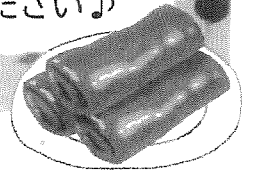


4月の行事食
誕生日会4/15
〈お昼〉
コーンのキーマカレー
ポテトサラダ
たけのこのスープ
果物
〈おやつ〉
キャロットケーキ

☆人気のメニュー紹介☆

今回は「春巻き」を紹介します！子どもたちの大好きな春雨や味付けで人気のおやつです。中身をツナやコーン、ハム、チーズ、アスパラガスなどいろいろ変えて巻いてみてもおいしそうですね！

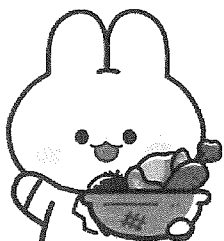
レシピは1F給食展示の横に置いてあるのでよかったら参考にしてみてください♪



「食事のマナーを大切に」

食事のマナーとは「みんなと楽しく、心地よくご飯を食べるための約束事」です。できたことをたくさん褒めて伸ばし、家でも保育園でもみんなが気持ちの良い食事時間になるようにしましょう！子どもたちは身近な大人の姿を見て、真似しながらマナーを覚えていきます。以下のチェック項目を確認して保護者の方も意識して食事時間を過ごせるようにしてみてください♪

- 食事の前後に挨拶をする。(いただきます・ごちそうさま)
- 姿勢を正して食べる。(肘をつかない・足は床につける・背筋をまっすぐにする・口を閉じて食べる等)
- 食事の時間に集中する。(テレビやスマートフォンなどに意識が持っていけないように注意する)
- 食事中の子どもとの会話を大切にする。(タイミングを見ながら料理の感想や一日の出来事、予定など日常会話をしてコミュニケーションをとる)



4月はミールラウンドを中心に食事のマナーに関する食育を行う予定です。

