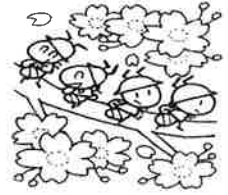




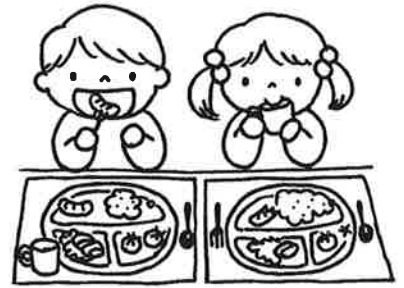
# 給食だより



平成29年4月 愛児園湯田保育所

## 入園・進級おめでとうございます

乳幼児期は心身ともに一番成長していく大切な時期です。  
毎日の食事子どもたちの成長に大きく影響していくので  
大事に考えていきたいと思っています。  
新入園児のみなさんも一日も早く園での生活に慣れて  
たくさんのおともだちと楽しい食事ができるように  
願っています。



### 【保育所給食のあらまし】

- 給食時間・・・・・・・・午前おやつ（三歳未満児さんのみ）9：30  
昼食 11:30  
午後おやつ 15：30  
まんぷくてい（ランチルーム）をクラスごとに利用します
  - 牛乳は毎日飲みます 1日 200 cc
  - 子どもの一日に必要なエネルギーの1/2をおやつと昼食で摂取しています
  - 毎日の給食をまんぷくてい（ランチルーム）前に展示しています  
是非見て帰られて下さい（三歳児盛り付け量とします）
- ～毎月19日は食育の日～季節にあった色々なメニューを考えていきます。お楽しみに！

### 朝ごはんは1日のエネルギー源です

#### 活動モード...

体の動きが激しくなり、体温が上昇します。  
認識力や注意力のレベルも急速に上昇します。



**体も脳も、大量のエネルギーを  
消費しはじめます。**

脳は眠っている間にもエネルギーを消費して  
いるので、午前中の脳の活動のために  
朝ごはんは大切なものなのです。



**朝ごはんをエネルギーを補給しましょう！**