

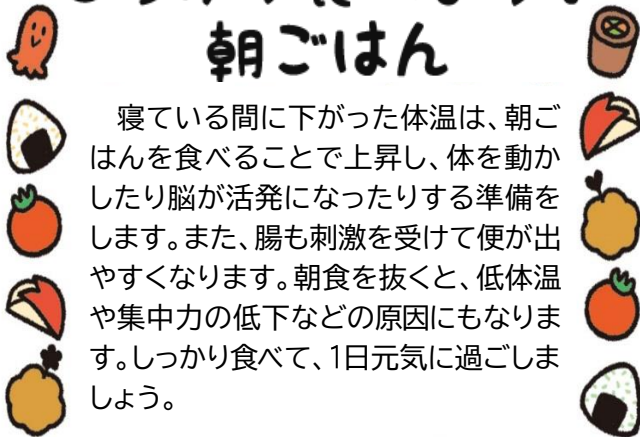


給食だより

社会福祉法人
尚徳福祉会
保育園神田ベアーズ
2025 年度 4 月号
栄養士

ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食作りを目指します。食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ、お友達との食事が待ち遠しくなり、ホッとする時間になるように願っております。

しっかり食べよう！ 朝ごはん



寝ている間に下がった体温は、朝ごはんを食べることで上昇し、体を動かしたり脳が活発になったりする準備をします。また、腸も刺激を受けて便が出やすくなります。朝食を抜くと、低体温や集中力の低下などの原因にもなります。しっかり食べて、1日元気に過ごしましょう。



牛乳でカルシウムをとろう

牛乳はカルシウムが豊富です。小魚やこまつななどの青菜にも多く含まれていますが、牛乳は吸収率が高いという研究結果があります。成長期は骨や歯の成長にカルシウムが多く必要になるので、吸収率の高い牛乳がカルシウムの補給に便利です。



保育園では、乳児さんは午前と午後、幼児さんは午後のおやつ時に牛乳が提供されます。牛乳が苦手なお子さんも多いです。お家でも少しずつ飲む練習をして頂いて、苦手を克服していけるといいですね。

お願い



● 献立表を毎月配信しています。

献立を確認頂き、食べたことの無い食材は、その食材を使う迄に、必ずお家で食べて頂きアレルギー症状がないか？体への変化が無いかな？確認をお願いいたします。

● 保育園への食品の持ち込みご遠慮下さい

- ① 当園には、各種の食物アレルギーをお持ちのお子さんが複数います。園ではアレルギー食材の対応もきめ細やかに実施しており、子どもたちの健康を守るよう取り組んでいます。
- ② 園の敷地内、園舎内で、ご自分のお子さんに食べ物を食べさせないください。食べながら登園しないでください。たとえば、アレルギーをもったお子さんが落ちているかけらに触れるだけで、アレルギー症状が出ることもあります。
- ③ お子さんの持ち物にお菓子などが入っていないか、確認して下さい。
(プライバシー保護のため、どのお子さんにどんなアレルギーがあるかを保護者の皆さんにお伝えすることはいしたしかねます。)

● 職員が気づいた場合はお声がけ、ご連絡をさせていただく場合もあるかと思いますがご承知おきください。