

給食だより

1月

令和5年1月1日
小倉社会事業協会
城野保育園

あけましておめでとうございます。



年末年始ご家庭で楽しい日を過ごされたと思います。1月は、日本の伝統行事であるおせち料理、七草粥、鏡開きや各地域の郷土料理に触れるとても良い機会です。今年も皆様が健康で楽しい一年になりますように…



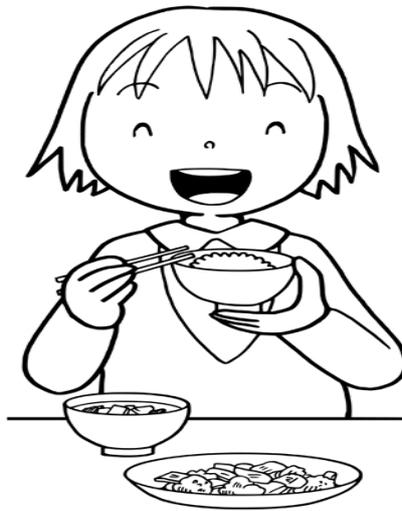
食事のマナーを守って 楽しく食事をしましょう

姿勢を正そう

よい姿勢とは、テーブルと体の間をこぶし1つ分くらい開け、椅子にきちんと腰かけて、背筋をまっすぐにのぼした状態です。

食器をきちんと 持とう

茶わんや箸をきちんと持つようにしましょう。食べこぼしを防いで食べやすくなり、見た目も美しく見えます。



他人の迷惑に ならないようにしよう

口に食べ物を入れたまま話したり、食事中にふさわしくない話をしたりすると、他の人の迷惑になるので気をつけましょう。

感謝の気持ちを 忘れないようにしよう

食事をつくってくれた人や、命あるものをいただくという感謝の気持ちを忘れないで、残さず食べるようにしましょう。

七草がゆ

七草粥は、1月7日にお正月のご馳走で疲れた胃を休める為と邪気を払い無病息災を祈って食べられてきました。

保育園では、1月6日に鶏肉・ほうれん草・水菜・人参・白菜・大根が入ったかわり七草として給食で出ます。3歳以上児は主食はいりません。

七草

