

# 給食だより4月号

令和7年4月1日  
小倉社会事業協会  
城野保育園

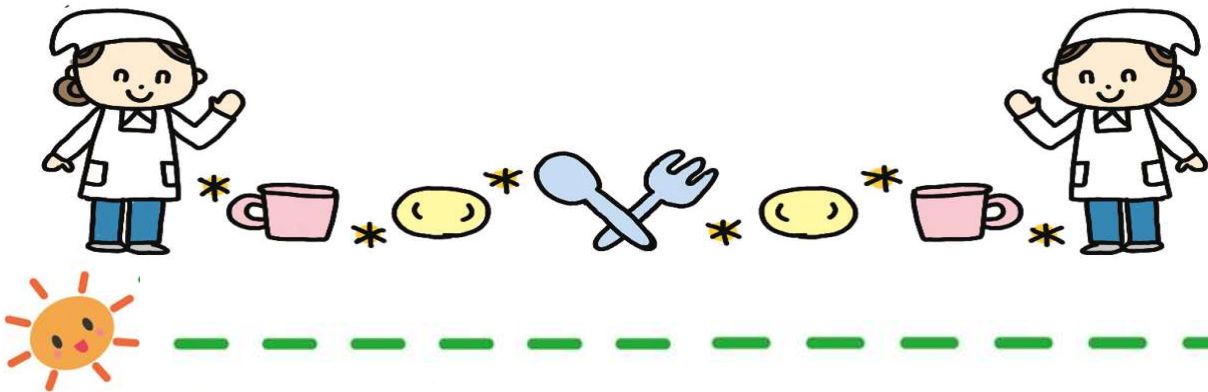
## 入園・進級おめでとうございます

期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たに美味しい給食作りを目指します。  
「食」は心の糧でもあります。食べることを楽しみにしたり、給食の時間が待ち遠しくなったり、ホッとする時間になるように願っています。

\* \* \* \* \*

調理員は毎日、各クラスの食べている様子を見に行き、食材の大きさや柔らかさ、味付けが適正かどうかを確認しています。クラスを覗いたときに「美味しいよ!」と言ってもらえると、とても嬉しいです。

また、苦手な食べ物があっても頑張っている姿も見られます。クラスの先生方と一緒に子どもたちの成長を見守っていきたいと思います。



### 朝食と 生活リズムの関係

朝食をしっかりと食べると、胃腸が刺激され排便の習慣も身につくようになります。3食決まった時間に食事をとることで規則正しい生活習慣が身につく、子どもの健やかな成長と生活リズムが確立します。ご家族の方も一緒に規則正しい生活を送ると、子ども達にも自然と生活リズムが身につきますよ。



令和7年4月分の献立表から、日本食品標準成分表（八訂）を用いて算出した栄養価を記載しています。3歳以上児さんの主食（米50g＝ごはんでは約110g＝またはパン50g）の栄養価も含んだ形で掲載しています。  
ご家庭での食事の参考にさせていただけると嬉しいです。