

すこやかだより 4月

0歳児…めだか組
1歳児…ひよこ組
2歳児…こあら組

3歳児…うさぎ組
4歳児…りす組
5歳児…くま組

2024. 3. 26

せんだの森

日付	行事	主食	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1月	きぼうほいく希望保育		保育希望の方はお弁当の持参をお願いします。 ご協力ありがとうございます。	せんべい	すいーとぼてと
2火	きぼうほいく希望保育			びすけっと	ますかっどぜりー
3水	にゅうえんしんきゅういわかい入園・進級を祝う会	じゃこなごはん	とうふのまりあげ かみかみあえ すましじる ばいんあつぷる	おれんじかんてん	やきそば
4木	はついきけいそく さいじ 発育計測(1,3,5歳児)	ごはん	ぶるこぎ かぼちゃのおいるやき はるきやべつのはすーぶ おれんじ	おさつごまやき	めろんばんふう とーすと
5金	はついきけいそく さいじ 発育計測(0,2,4歳児)	むぎごはん	さかなのあまづづけ きりぼしだいこんのにつけ ゆですなっふえんどう さつまじる ばなな	もちもちばん	れあよーぐると けーき
6土		ごはん	かれーらいす だいこんとつなのさらだ おれんじ	せさみばい	ぶるーべりー じゃむまふいん
7日					
8月		むぎごはん	はるやさいのかきあげ すのもの みそしる ばなな	やさしいゆーす かんてん	ここあけーき
9火		ごはん	おこのみやき ゆでぶろっこりー すましじる ばいんあつぷる	くらっかー じゃむさんど	こざかな &ほっとけーき
10水	ほけんしよくいしくどう 保健食育指導	ろーる ばん	みーとすばげてい ゆであすばらがす こんそめすーぶ おれんじ	ぼんでけーじょ	なっとう ちやーはん
11木		ごはん	さかなのわふうまよねーずやき かきたまじる ほうれんそうのごまあえ ばなな	しゅがー とーすと	おからなげっと
12金	ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	わかどりのちゅうかふういため もずくすーぶ きゅうりのさっぱりづけ おれんじ	わらびもち	ぼっぷこーん
13土		ごはん	まーぼーどうふどん ちゅうかあえ ばなな	くだもの &びすこ	まどれーぬ
14日					
15月		ごはん	さかなのかおりふらい けちやっぷいため ゆでぶろっこりー ぼとふ おれんじ	ぐれーぶ かんてん	ばるみえ
16火	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導	ごはん	かにたま ぎゅうにくとまとのあまからに ゆでぶろっこりー ちゅうかふうすーぶ ばなな	じゃがいももち	いそまよ とーすと
17水		たけのこ ごはん	ればーのごまみそあえ はるさめさらだ すましじる おれんじ	かるしうむ とーすと	びーちぜりー
18木		ごはん	さかなのちーずやき だいこんとあおなのそてー やさいすーぶ ばなな	さつまいもの ばたーやき	ここあどーなつ
19金		むぎ ごはん	じゃがいものそぼろあんかけ きゅうりのおかかあえ みそしる ばいんあつぷる	とうにゅう くずもち	ちゅうかふう くつきー
20土		ごはん	たにんどん もやしのあえもの おれんじ	ちーず すていっくばい	よーぐるといり りんごけーき
21日					
22月		ごはん	やきざかな わふうさらだ ぐだくさんじる ばなな	りんごかんてん	ぼてとちっぷす
23火	たんじょうびかい 誕生日会	こーん びらふ	ちきんなんばん まっしゅぼてと ゆでぶろっこりー べじたぶるすーぶ いちご	かわりくずもち	ばななとーすと
24水	こうつうあんぜんしどう 交通安全指導	わかめ ごはん	さかなのてりやき こまつなのりあえ けんちんじる ばなな	じゃむさんど	かりんとう
25木		ごはん	にくじゃが なっとうのなめたけあえ すましじる おれんじ	まかろにの あべかわふう	おからいりけーき
26金	ふとんも かえ 布団持ち帰り	むぎ ごはん	さかなのかばやきふう わんたんすーぶ もやしときゅうりのさっぱりづけ ばなな	くらっかーびざ	ぐれーぶ ふるーつぜりー
27土		ごはん	いためびーふん さつまいものおーぶんやき おれんじ	くだもの &せんべい	ちーずけーき
28日					
29月					
30火		ごはん	きっかしゅうまい ひじきのなむる とうふのちゅうかふうすーぶ ばなな	わふうぼてと	たこぼーる

ご入園・ご進級おめでとうございます！



暖かい春の訪れとともにいよいよ新しいスタートです。子どもたちは、新しい友だち、新しい先生、新しいお部屋で活動に取り組んでいくことにドキドキ、ワクワクしていることと思います。園の食事は、作りたてのおいしい給食を毎日食べることができます。初めて食べる食材に戸惑うこともあるかもしれませんが、みんなと一緒に食べることで徐々に食べられる食材も増えていくことでしょう。

ご家庭でも、毎月配布するすこやかだよりを参考に、「今日は何を食べたの?」「どんな食材が入っていたかわかるかな?」など、お子さんと会話を楽しんでください。調理室では子どもたちの心を育てる食事作り、そして楽しく食事ができるように頑張ります。1年間どうぞよろしくお願いいたします。

～朝ごはんはいいこといっぱい!～

朝ごはんは、カラダやアタマのために大切なごはんです。朝ごはんを毎日食べて、元気に登園してきてください!



生活リズムに

元気な毎日を送るために大切なのが「早寝、早起き、朝ごはん」。朝ごはんを食べれば正しい生活リズムを作ることに役立ちます。

アタマに

朝ごはんは、脳にも大切なエネルギー源。集中力がアップして元気が出ます。

カラダに

朝ごはんはカラダのための目覚まし時計。食べると体温が上がって、しゃきっと気持ちよく目が覚めます。

お腹に

朝ごはんを食べることでお腹の中も動き始めるので、朝のトイレもスッキリ!

食物アレルギー除去食について

園における食物アレルギーを持つ児童の食事については、医師の診断・指導に基づいて可能な範囲でアレルギーの原因食品を除き、代替食として他の食品で栄養を確保し、形や色など他の児童と似たものになるよう工夫し実施しています。医師の指示を基に家庭と園が連携を密にし、進めていきたいと思っておりますので、代替食依頼書を記入し、指示書と一緒に園へ提出してください。なお、年度始めには食物アレルギーを持つ児童全員に指示書の提出をいただいておりますので、よろしくお願いいたします。(用紙は園にありますので、クラス担任へ声をかけてください。)

体調がすぐれない時の食事内容の変更依頼について

体調がよくない時の食事については、家庭にお配りする”家庭からの連絡カード”にお子さんの前日からの食事の様子や症状などを記入して、登園の朝、保育教諭にお知らせください。保育教諭より連絡を受けた栄養士が症状に合わせて食事内容の変更を行ないますので、よろしくお願いいたします。

