

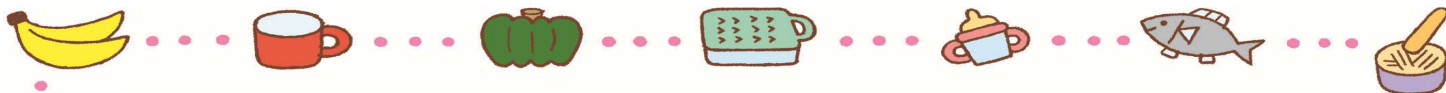


# 給食だより 4月



北方なかよし保育園  
令和6年4月1日

たくさんの新しいお友達を迎え、新年度が始まりました。保育園の給食は、安心安全を第一に子ども達の健康と、栄養バランスの良い食生活を身に付けてもらえることを目標に作っています。今年度も子ども達の「おいしかった！」の聲がたくさん聞かれるように頑張ります。



## 保育所給食について

北九州市では、認可保育園で統一献立を実施し、季節の食材や行事を取り入れ、バランスの取れたおいしい献立を提供しています。

献立は「北九州市保育所連盟給食献立検討委員会」で検討しています。

りす・うさぎ・ぱんだ組・・・主食はいりません。完全給食です。

くま・きりん・ぞう組・・・主食がいます。副食給食です。

(主食は・・・白ご飯、食パン、ロールパン。)

○誕生会の日是全園児完全給食です。(くま・きりん・ぞう組もこの日は主食がいません)

### <お弁当箱の注意事項>

○ごはんが熱々のままお弁当箱のフタをすると、圧縮されてフタが開かなくなり、食中毒の原因にもなります。よく冷ましてからフタをしましょう。

○お弁当箱も袋も清潔にしましょう。カビが発生しやすいので、お弁当箱のフタの裏側のパッキンも外してよく洗いましょう。



## 食べる時間を決めて「生活リズム」を整えよう

「早寝・早起き」と言われても、すぐに改善するのは難しいもの。そこで、まずは食事の時間を一定にしてみましょう。毎日、食事の時間を一定にすると、自然に就寝時間も一定になっていきます。生涯にわたる、子どもの健やかな成長を支える「生活リズム」。焦らず整えていきましょう。



## 給食室 より

給食室では、クラスの喫食状況を見に行っています。大きさや味などはもちろん、子ども達の成長に合わせた食具や食器など、変えるタイミングも見ています。

給食のレシピをリクエストされることもあります。ご要望があればぜひどうぞ！

