



給食だより

ベビーかろーれ（給食室）
令和6年4月号

ご入園・ご進級おめでとうございます。

ベビーかろーれでは子どもたちの心と体の健康を願って、安全でおいしい給食を食べられるよう、心を込めた給食作りに努めています。

今年度も子どもたちの「おいしい」をたくさん聞けるようがんばりますのでよろしくお願いいたします。

～元気いっぱいにごさせるように～ ベビーかろーれの給食について



栄養

からだは食べたもので作られています。
栄養バランスのとれた給食で
元気いっぱい大きくなれますように



味

味覚形成のためにも食材の味をしっかりと
感じられようと薄味で美味しく食べら
れるように調理しています。

季節・旬

食べ物からも季節を感じることができます。
旬の食べ物は栄養価も高いことが特
長です。



食文化

伝統的な日本の食文化の継承や子どもたち
に楽しんでもらうためにも「行事食」や
「郷土料理」を取り入れています。



朝ごはんを食べて 生活リズムを整えましょう



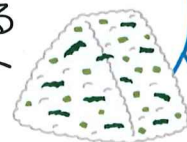
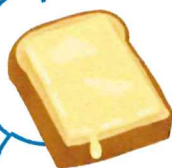
朝ごはんは1日の生活のスタートです。
朝起きた時の身体はエネルギー不足で
体温も低い状態です。
朝ごはんを食べることで体温が上がり
眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。
朝ごはんを食べて元気に遊びましょう。

よく
お願いします

給食で初めて食べる食材はありませんか？

乳幼児期はアレルギーを最も発症しやすく成長とともに減少しますが、中には今まで食べていた食べ物でもアレルギーを発症したりする場合があります。

今までご家庭で食べたことがないものが給食で使用されていることがありますので、献立表の食材の欄をチェックしていただき、食べたことがないものがありましたらご家庭で体調の良い時に食べてみてください。



簡単朝ごはん
ツナ・しらす・おかか・チーズなど
タンパク質も摂れる
おにぎりやトースト
＋
お味噌汁やスープ

朝ごはんの習慣がない時は
まずはおにぎりなどからスタート
慣れてきたら汁物を増やしてみたり
果物を増やしてみましょう