



1月の食育だより



令和7年1月4日
認定こども園あゆのさと
栄養士 勝又 竹内

新しい年がスタートしました。まだまだ寒い日が続きますが、手洗いうがいをきちんとして、しっかりとご飯を食べて寒さに負けない丈夫な体を作っていきましょう。

新年の食べ物といえば、お節料理やお雑煮、七草が思い浮かびますね。園では旬の食材や行事食を取り入れながら、子どもたちが給食を楽しめるように心をこめて作っていきたいと思います。

おせち料理に込められた願い

お正月にどんな料理を食べましたか？

黒豆

まめに働き
まめに暮らせますように



田作り

田を作るということから
農作物の豊年、家内安全の願い



れんこん

穴があって向こうが見える
先を見通せますように



昆布巻き

縁起物(よろこぶのこぶ)



かずのこ(魚の卵)

子孫繁栄を願う



紅白かまぼこ

縁起がよい初日の出



背の曲がったえび

腰が曲がるまで元気で長生き



きんとん(黄金色)

お金がたまりますように



生活リズムがんばりカード

配布のお知らせ

(早寝・早起き・朝ごはん・ウンチがでたよ)



「夜は早く寝れたかな？」「朝は早く起きたかな？」
「朝ごはんを食べたかな？」「ウンチが出たかな？」を、
子どもと保護者の方が一緒に確認し、できたら○へ、でき
なかつたら×へ お子様と一緒にシールを貼ってください。

配布: 1月8日(がんばりカードとシールを配布します)

実施日: 1月10日(金)～1月14日(火)の5日間

☆うんちが出たよ

- ・幼児クラスは朝ウンチが出たよ
- ・ちゅうりっぷ組は朝ゆつくりトイレに座ったよ
- ・たんぽぽ組すみれ組はウンチが出たよになっています。



☆年長ひまわり組は朝食の
3色分けシールもあります。



5日間のシールを貼り終わりましたら1月17日(金)
までにお便り袋に入れて提出してください。

ご協力をお願いします。

こども園での給食の様子を紹介します



こすもす3組



給食前の放送で食材が何色キッズか問わ
れると〇〇キッズと答え、当たって喜ぶ姿が
あります。

苦手だった物も少しずつ食べられるよう
なってきました。

コロッケ・から揚げ・納豆・ポテトが人気でした。



さくら組



食べ物に興味を持つようになってきて、食
材の話を子ども同士で話している姿が見ら
れます。

苦手だった物も食べられるようになりうれ
しそうにしています。また、夏よりも食べが良
くなりおかわりする子も増えてきました。

から揚げ・ツナサラダが人気でした。

クラスの様子を順次掲載します。お楽しみに♡