

令和8年3月10日

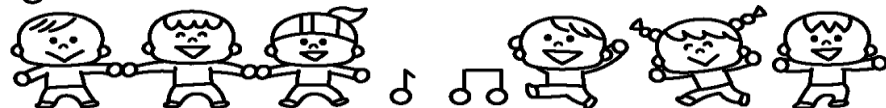
社会福祉法人 愛光会

ハローこども園

給食室

給食だより

94号



日増しに暖くなり、春の訪れを感じる季節となりました。この1年間、子どもたちは給食を通してたくさんの「おいしい」や「食べられた!」の経験をしました。4月に比べると、苦手なものに挑戦する姿や、お箸の持ち方が上手になった姿に、子どもたちの大きな成長を感じます。



食事のマナーを身につけよう

みんなと楽しく食事をするためには、コミュニケーションの場としても「食事のマナー」はとても大切です。ご家庭でも年齢別のポイントを参考にしながら食事を楽しみましょう!

【0~1歳児】

- 大人の姿を見て真似ることが基本です。大人が「美味しい」と、声に出して食べることが最も効果的です。小さいころから伝えていきましょう!

【2歳児】

- 自我が出てくる頃です。大人の言葉かけはもちろんですが、子どもに食事への関心を持ってもらうことが大切です。食事の様子を見守り、そのうえで大切なマナーも伝えていきましょう。

【3~4歳児】

- 自分でできることが増えてきます。食事のマナーを身につけるにはとても良い時期です。「箸の持ち方」や「座って食べる」、「落ち着いて食べる」など意識していきましょう。

【5歳児】

- この時期になると、基本的な生活習慣が完成してきます。挨拶や姿勢・食べ方などマナーを再確認しましょう。

レシピ紹介☆夕焼けごはん

- 米.....2合
- にんじん...1/3本
- ツナ缶...1缶
- しょうゆ...大さじ1

- ① にんじんはすりおろす。
- ② ①とツナを炒める。
- ③ 最後にしょうゆを加える。
- ④ 炊きあがったごはん混ぜる。



1年間ありがとうございました

「お給食の先生、今日のお給食おいしかったよ!」と子ども達から声をかけられたり、保護者の方からも「レシピを教えてください!」等々、たくさんの温かいお言葉をかけていただきました。調理を担当するものとして、この一年間何よりも励みになりました。今後も、安全で美味しい給食づくりを心掛けて頑張っていきたいと思います。

柴田純子、磯部優、福澤和支子

