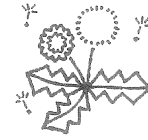




4月園だより



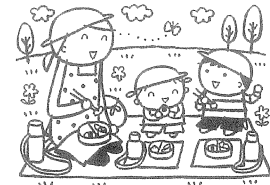
2017.4.1
黒肥地保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。新たな一年のスタートです。
園では、子ども達と十分に遊んだり、多くの経験を積むことで、仲間意識や丈夫な身体づくりに努めていきたいと思ひます。ご家庭でも「早寝」「早起き」「朝ごはん」で身体のリズムを整えるなど、お家での過ごし方を工夫され、共に手を取り合せて子育てをしていきましょう。

< 4月の行事 >



- 1日(土) 入園式
- 4日(火) 園児健康診断
- 7日(木) 避難訓練(火災)
- 8日(金) 交通訓練
- 18日(火) 見知り遠足
- 20日(木) 誕生日ランチ
- 26日(水) 育児ひろば



こんだて

※ 4月20日(木)はお誕生日ランチです。

日	曜	献立名	おやつ	日	曜	献立名	おやつ
1	土	☆☆ 入園式 ☆☆	*****	16	日	*****	*****
2	日	*****	*****	17	月	ビーフシチュー、アスパラサラダ	牛乳、黒糖クレープ
3	月	白菜と春雨のスープ、わかめの酢の物	牛乳、ふかし芋	18	火	❀ お見知り遠足 ❀	*****
4	火	和風ミートローフ、ゴリゴリサラダ	ミルク、とうふ白玉団子	19	水	魚ロッケ、春キャベツ&スナップいんげん、味噌汁	ミルク、マカロニあべかわ
5	水	焼き魚、白和え、おすまし	のむヨーグルト、もちもちパン	20	木	☆☆ 誕生日ランチ ☆☆	のむヨーグルト、クラッカー
6	木	春野菜の肉じゃが、なます	ミルク、黒糖チーズ蒸しパン	21	金	切り干し大根の卵とじ、焼きししゃも	ミルク、せんべい
7	金	豚肉の生姜焼き、インディアンサラダ、スープ	お茶、じゃが芋のたこ焼き風	22	土	パリパリ皿うどん、牛乳	*****
8	土	肉うどん、果物、牛乳	*****	23	日	*****	*****
9	日	*****	*****	24	月	豚汁、大根と昆布の佃煮	ミルク、かぼちゃ団子
10	月	ずいどん汁、レバーとこんにゃくの照り煮	牛乳、れんこんチップス	25	火	魚の甘酢漬け、ポテトサラダ	のむヨーグルト、ココアホットケーキ
11	火	チキンカツ、ごぼうサラダ、なめこ汁	ミルク、やさしいバー	26	水	うま煮、冷奴	ミルク、大学芋
12	水	焼きビーフン、シューマイ	のむヨーグルト、ごませんべい	27	木	たけのこバーグ、温野菜、スープ	お茶、おにぎり
13	木	魚のチーズ焼き、じゃが芋ソテー	お茶、おにぎり	28	金	伴三絲、レバーのこはく揚げ	ミルク、コーントースト
14	金	かき揚げ、ひじきの炒め煮	ミルクココア、レーズンパン	29	土	**** 昭和の日 ****	*****
15	土	和風スパゲティ、果物、牛乳	*****	30	日	*****	*****

朝ごはんは1日のエネルギー源です

活動モード...

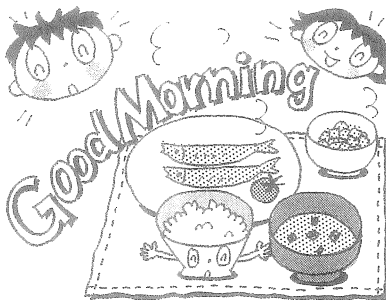
体の動きが激しくなり、体温が上昇します。
認識力や注意力のレベルも急速に上昇します。



体も脳も、大量のエネルギーを消費しはじめます。

脳は眠っている間にもエネルギーを消費しているため、午前中の脳の活動のために朝ごはんは大切なものなのです。

朝ごはんてエネルギーを補給しましょう！



旬の食材

いちご

ハウス栽培の普及により、今ではほぼ一年中食べられるようになったいちごですが、本来の旬は4~5月です。この時期が、いちごの甘みを一番楽しむことができます。



いちごにはビタミンCやミネラルが豊富なほか、虫歯抑制作用のあるキシリトールという天然甘味料が含まれていることも、最近注目されています。洗ってそのまま食べたりジャムにしたり、子どもたちと一緒にここのも楽しいですね。

*3月、苦情等はございませんでした。