

# 食育だより 1月号

鴨島中央認定こども園 給食室

## 1月食育目標 ~寒さに負けない体をつくろう！~

あけましておめでとうございます！

年末年始のお休みはいかがでしたか？新年が明けて、清々しい毎日を過ごされてると思います。これから寒さが厳しい季節になります。よく食べ、よく遊び夜はよく眠れる生活リズムを整え、心身ともに健やかな体を作りていきましょう。今年も子どもたちの健康をしっかりと支える食事を提供していきます。よろしくお願いいたします。



### 4歳児 そら組 大好きな給食タイムの様子をお届けしま～す♡

「せんせい、いつものお芋とちがう！！」  
そう、今日のお芋は里いもでした♪違いに気づきながら食べることを楽しんでいます



おはしも上手になってきたでしょ♪

「みて！なんでも食べれるよ！！」  
そら組の子どもたちのお皿はいつもピカピカの完食です♡



### 4歳児 うみ組 毎日楽しみにしている給食 ✨ 笑顔あふれる時間をお届けします

給食を見て「おいしそー！」食べて「おいしー！」「給食の先生に言うとく」など、友だちと話しながら楽しく食べています



お皿が空っぽになるとおかわりもする食欲旺盛な子どもたちです♪

「これは何？」「あっ○○が入ってる」など食材にも興味を持って食べています



次回の食育だよりには5歳児の食事の様子をお届けします。お楽しみに！

