



令和7年4月1日 新川崎みらいのそら保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。新しい環境に慣れて元気に過ごすために、早寝早起き、三食の食事をきちんと摂るなど、生活リズムを整えていきましょう。

給食室では、今年度も旬の食材を使った安全でおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

.....朝ごはんをたべましょう!.....

幼児期の朝ごはんは、生活リズムの定着に役立ちます。毎朝決まった時間に起き、朝ごはんをとることで、その後の一日のリズムも整います。また朝ごはんは、寝ている間に低下した体温や血糖値を上昇させる役割もあります。これにより、体内の動きと脳の働きを活性化させます。加えて、胃腸の動きも促されるので、便秘の予防・解消にも役立ちます！

体や脳の
エネルギーになる



体温が上がる



噛むことで脳が
目覚める



胃腸が活発になり
便秘解消！



今月の郷土料理

(4月10日)

五平餅(長野)

五平餅は、ごはんを軽くつぶして丸め、味噌や醤油ベースのタレをつけて焼いたものです。

長野県のほか、岐阜県・富山県・愛知県・静岡県などの中部地方の山間部に伝わる郷土料理で、「わらじ型」や「筒型」、「団子」と形は様々です。

起源は定かではないが、江戸時代中期ごろにはすでにあつたとされているそうです。「神に祈るときに供えたり、お祓いをしたりするときに捧げられる“御幣”に形が似ている」ことから五平餅という名前がついたと言われているそうです。

お誕生日会メニュー(4月23日)



チキンソースカツ丼
ポテトサラダ
味噌汁(豆腐・小松菜)
ぶどうゼリー
りんご

の予定です。

行事食メニュー(4月25日)

(子どもの日)



ごま塩ごはん
こいのぼりハンバーグ
焼きポテトとブロッコリーのカレーマヨ和え
コンソメスープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)
りんご

の予定です。

