

給食だより 8月号

令和3年7月31日 認定こども園一関南保育園

今月の給食だよりは、4月からのお誕生会のケーキを紹介します。

試行錯誤を重ねて、毎月子供達が喜んでくれるよう考えています。

「すごーい!!」「もったいなくて食べられない」「美味しい」と声が聞こえ、

美味しそうに食べている姿を見るのが毎月楽しみです。

4月 さくら



5月 ひつじ



6月 あじさい



7月 メロン



<三角食べとばっかり食べ>

三角食べとは和食特有の食べ方で、ご飯→主菜→副菜の三つがそろって
いて、それらを均等に少しずつ食べていくことです。順序よく食べると、お
箸が三角形に動くことから「三角食べ」と呼ばれています。

三角食べのメリットは、口の中で料理を混ぜあわせることができる。栄養
バランスが摂れる。消化の働きを良くし、脳を活性化させてくれます。

給食を食べている様子をみると、ばっかり食べの子が多く、好きなおかず
を先に食べてしまい、白いご飯が最後に残っています。お家でも、三角食べ
が出来るよう、声かけをお願いします。

