

いただきます



ごちそうさまでした



3月食育だより

太陽・月組保護者各位

平成30年3月23日
小島保育園

今月の食育の日は、1年間のまとめをしました。

・食べ物栄養について、食べ物の色分け（赤、黄、緑、白）と役割を知りました。

★赤 丈夫な体をつくる。 筋肉モリモリ、「血」や「筋肉」になる。

★黄 強い力をつくる。 速く走る、重い物を持ち上げる。

★緑 病気から体を守る。 いろいろちをつくる。

★白 おいしい味のお手伝い。

4月に見た絵本を見て再確認し、クイズや質問をしながら楽しく学ぶことができました。

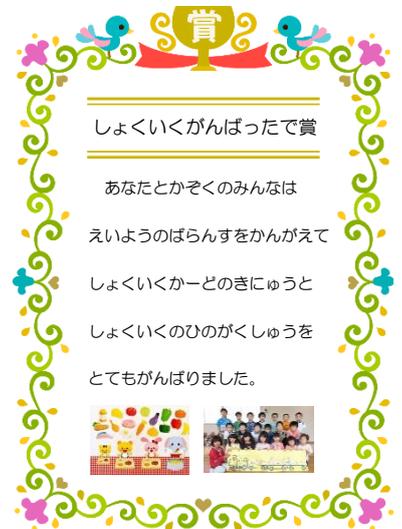
最後に、「しょくいくがんばったで賞」の賞状を渡すと嬉しそうにしていました。

その後はお楽しみのカナッペ作り。自分で作り美味しくできました。



賞状をもらいました☆

カナッペ作り♪



4月から始めた「食育の日」12回行いました。

食育カードは、10枚です。食育カードを使いながら栄養や、食材の役割を意識することが出来ました。保護者の皆様にも1年間ご協力いただき、ありがとうございました。



バランスよく
たべてね

<春の生活習慣>

進学、進級に向けて
生活リズムを身に付けよう

- ・早寝早起きをしよう
- ・元気な1日は朝ごはんから
- ・毎朝うんちでおなかすっきり!

