



# 給食だよ!

令和2年 4月  
東戸塚らびっと保育園

ご入園おめでとうございます。

四月は、出会いの季節。子どもたちと出会えた喜びを胸に、日々関わってまいります。

<みんなで一緒に食べる楽しさ>

保育園では、給食やおやつの時間に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをします。クラスのお友だちと一緒に食事を食べる楽しさを味わってもらえるように取り組んでいこうと思います。

## 春きゃべつ

**甘くて美味しい。しかも栄養満点な旬の春きゃべつ!**

季節の変わり目にかぜをひきやすい人や体調を崩しやすい人ほど春きゃべつの良さを知って 今夜の夕食に取り入れてみてください。

きゃべつの主な栄養素→ビタミンC

風邪の予防や疲労回復に効果があると言われています。

きゃべつの主な栄養素→ビタミンU

胃腸の働きを良くする作用が期待できます。

## 給食チーム

小林 (栄養士)

丸山 (栄養士)

石黒 (調理師)

3人で、安全 おいしい給食を提供していけるよう工夫してまいります。

よろしく願いいたします。

