



3月は3歳以上児クラスで、1年間給食を食べてどんな料理がまた食べたいか年長児にリクエストをもらいます。各クラスいろいろな献立ができました。

また、11日はお別れ給食です。今年もお祭り寿司（太巻き寿司）を園長先生と給食職員で心をこめて作ります。年長さんと思い出に残る楽しい時間を過ごしてほしいと思います。



ちゅーりっぷ組 6日(金)

- ミートローフ フレンチサラダ
- 味噌汁(豆腐・わかめ) いちご

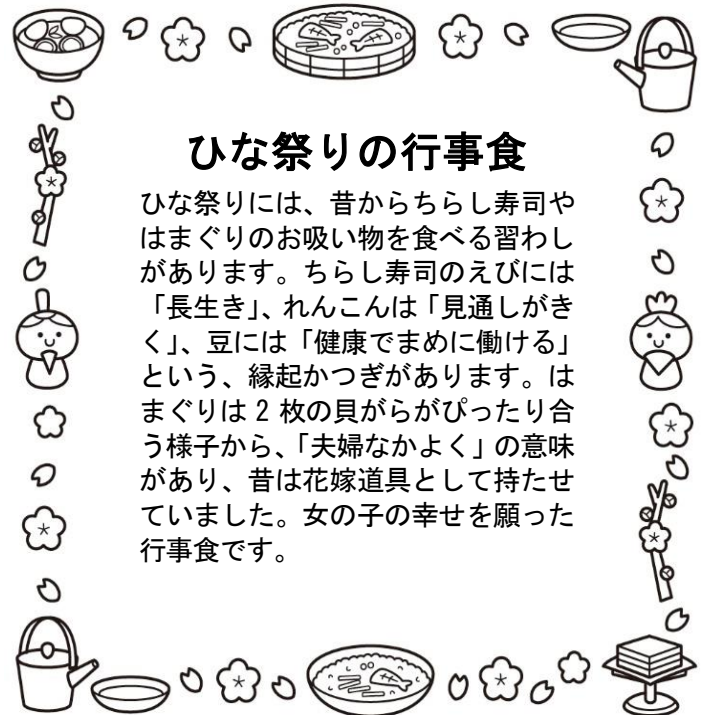
ひまわり組 12日(木)

- 鮭のオイル焼き 味噌汁(豆腐・なめこ)
- ブロッコリーのごま和え りんご

ゆり組 10日(火)

- 鶏肉のから揚げ じゃこサラダ
- コーンスープ いちご

●野菜も盛り込まれ、バランスの良い献立になりました。来月は、以上児クラスの子どもたちが作った切干大根も給食に登場します。お楽しみに…(^-^)



ひな祭りの行事食

ひな祭りには、昔からちらし寿司やはまぐりのお吸い物を食べる習慣があります。ちらし寿司のえびには「長生き」、れんこんは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という、縁起かつぎがあります。はまぐりは2枚の貝がらがぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。女の子の幸せを願った行事食です。



1年間の食事を振り返りましょう

この1年を通して、どれだけ旬の食材を味わえたでしょうか？ 春は菜の花、春キャベツ、夏はなすやピーマン、秋は栗にさんま、さつま芋、冬は白菜に大根……園で収穫したものもあります。旬の味を知ること、それぞれの食材が持つおいしさを、伝えていけたらと思います。また、三食の食事のバランスや食事のマナーは守れていたでしょうか？ ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。

食生活をチェックしてみましょう

- 食事の前に手を洗うことができた。
  - 食事の準備や片づけを手伝うことができた。
  - 「いただきます」と「ごちそうさま」を言えた。
  - 姿勢を正しく食べる事ができた。
  - スプーンやはしを上手に使うことができた。
  - よく噛んで、味わって食べる事ができた。
  - 楽しく食べる事ができた。
  - 三食は決まった時間に食べる事ができた。
  - 朝食をかかさず食べた。
  - 毎日、赤・黄・緑の食品群からバランスよく食事ができた。
- ※7つ以上にチェックできるように頑張りましょう！



