

# 給食だより

3月号

2018. 2. 28  
さかえ保育所

寒い冬が過ぎ、柔らかな陽ざしとともに、だんだんと暖かくなってきました。春はもうすぐそこまでやってきます。

早いもので、今年度も最後の月となりました。4月のころに比べると、どのクラスもとてもよく食べてくれるようになり、給食室も子ども達の成長をうれしく感じています。また、食育やクッキングを通して、食への興味を、もってくれるようになったのではと感じています。

## お祝い給食 (3月26日)

3月26日は修了式です。

お祝いメニューとしてお赤飯を入れました  
それぞれみんなの大好きな唐揚げです  
楽しみにしててくださいね!

- お赤飯      ●から揚げ      おやつ
- ポテトサラダ   ●フルーツ      ○ジャムサンド

(赤飯の由来) 赤飯とは、もち米に(小豆)を混ぜたご飯で、おめでたい席で食される伝統的な料理です。昔は赤という色には呪力があって、災いを避ける力があると信じられていました。魔除けの意味を込めて、祝いの席でふるまわれるようになったのです。

## 3月3日はひな祭り

### ひな祭り会(3月2日)

毎年恒例のひな祭り会では、カルピスとあらを食べます

給食では乳児さんはちらし寿司、幼児さんはちらし寿司で、お内裏様とお雛様を海苔や

卵・ハムを使って作ります。どんなお雛様が  
できるかたのしみです。♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

★ちらし寿司の寿司という漢字は、寿(ことぶき)を司(つかさどる)と書くことから、縁起がいいとされて祝いの席で食べるものとされています。ちらし寿司は見た目も鮮やかで彩りも良く、縁起のいい具材を使用していることからひな祭りの定番になりました。ひな祭りによく使われる具材として、えび(長生き)れんこん(見通しがきく)豆(健康でまめになる)があります。今回の給食にも、えびとれんこんが入っています。  
★雛あられを食べると桃(生命)白(大地)緑(木々)のエネルギーを体内に取り込むことができ、災いや病気を払い、一年中健康で過ごせるようにと言う意味があります。

給食室では、子どもたちへの愛情はもちろん、子どもの口にはいるものを作るという重要な役割にやりがいと責任を感じて毎日作っています。栄養バランスや安全な食材選び、味の心がけ、食べやすい切り方、盛り付け、彩り・・・子どもたちの「おいしかったよ!」の言葉を励みに今後もおいしい給食を作ってまいります。

## イチゴ大福

### 【作り方】

- ① いちごは洗ってヘタをとり水けをふきとる。
- ② こしあんを12等分にして丸めておきます。
- ③ ポウルに、求肥の材料を加えよく混ぜます。
- ④ 600Wレンジで2分加熱し、全体を混ぜ、再度600Wレンジで1分30秒混ぜます。
- ⑤ できた求肥に片栗粉をまぶし、12等分にします。
- ⑥ 求肥であんこを包みます。その後、キッチンバサミで切りこみを入れます。
- ⑦ 切り込み部分からいちごを入れて、形を整えて完成です。

### 材料12個分

- 白玉粉・・・160g
- 水・・・80g
- 砂糖・・・90g
- 水・・・180ml
- こしあん・・・300g
- 片栗粉・・・適量
- こしあん・・・360g
- 苺・・・12個

