

給食だより



3月号

2022.2.28

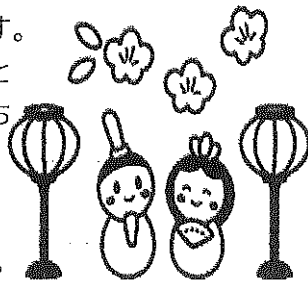
ひまわりさかえこども園

暖かな日差しに春の訪れを感じるこの頃。今年度も残りわずかとなりました。子ども達は1年間、様々な行事や活動を通して、心と体も成長し、たくさんの思い出をつくったことだと思います。4月には幼児組さんに食事指導をして、食事の時のマナーを知ってもらいました。乳児組さんは、だんだんと硬いものも食べられるようになり、たんぼ組さんは箸を上手に使えるように頑張っています。コロナ禍で食育活動も思ったようにできない時もありますが、子ども達の美味しかったという言葉がとても励みになりました。これからも、安心して安全な給食作りをし、食を通して子ども達の成長の一翼を担えればと思います。



3月3日はひなまつり

ひな祭りは別名「桃の節句」と呼び、桃の花の時期でもあります。由来については、様々な説がありますが、一説によると中国からの風習で伝わったものと言われています。自分の人形を「流しびな」として紙や草で作成し、自分の汚れをうつした後に川や海に流し、災いや病気をまぬがれるために願いを込めていたようです。次第に流しびなとして作られたものを、娘たちが人形ごっこで遊ぶようになったことから、ひな祭りとして受け継がれていったそうです。給食では、幼児組さんはお内裏様とお雛様に見立てたお寿司を自分たちで作ります。どんなひな人形ができるか楽しみです。



ゆり組さんが給食を食べるのもあとわずかになりました。いつも元気いっぱいの声で「いただきます」と言ってくれ、たくさん食べてくれました。3月の献立は、ゆり組さんのリクエストメニューがたくさん入っています。園での給食を最後まで楽しんでもらいたいです。

ハンバーグ・スパゲティ・からあげ・もぶり
おでん・肉じゃが・麻婆豆腐・コロツケ・カレー
魚のあんかけ・セルフサンド・うどん・野菜スープ
春雨スープ・りんごサラダ・炊き込みご飯
ポテトサラダ・中華サラダ・カレーパン
揚げパン・アップルパイ・マシュマロサンド
お惣ラスク・ゼリー・人参ドーナツ・チヂミ など

～1年間の食事を振り返りましょう～

食事のあいさつができた	好き嫌いせずに食べた	よくかんで食べた	朝ごはんを毎日食べた	食事の前に手をきれいに洗った	食事のお手伝いできた	1年間でどのくらいできましたか？
-------------	------------	----------	------------	----------------	------------	------------------




こんにゃくの和風サラダ

材料(4人)		① 人参と大根は皮をむき、食べやすい長さの千切りにする		
○糸こんにゃく	60g	●かつお節	2g	② きゅうりは縦半分の斜め薄切りにする
○きゅうり	40g	●しょうゆ	10g	③ 糸こんにゃくは食べやすい長さに切る
○人参	20g	●ごま油	2g	④ 鍋にお湯を沸かし、人参、大根、もやし、糸こんにゃく、きゅうりの順に茹で、水にさらして冷ます
○もやし	80g	●砂糖	2g	⑤ 水気を絞った④をボウルに入れ、●の材料で和える
○大根	40g			