



給食だより

すこしずつ暖かくなり、春の訪れを感じられるようになってきました。早いもので、今年度も残すところあと1ヶ月ですね。

1年間を通して子どもも大きくなり、苦手な食べ物にチャレンジしたり、おかわりをしてくれる姿を見るととても成長を感じます。給食を通して、少しでも食に興味をもっていただろうれしいです!! 今年度も最後まで子どもたちに寄りそいながら、心と身体の栄養につながる給食作りをしていきたいと思います。1年間ありがとうございました。

ひなまつり

3月3日のひな祭りは、女の子の健やかな成長や健康をお祝いする日で、桃の節句とも言われています。行事食には、ちらし寿司、蛤のお吸い物、ひなあられ、菱餅などがあります。菱餅とひなあられの色は、ピンクが生命、白が雪の大地、緑が木々の芽吹きなどの意味があり、自然のエネルギーを得て元気で丈夫に育つようにとされているそうです。ちらし寿司のえびには「長生き」、あんこには「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働けるように」という、縁起かきがいがあります。蛤のお吸い物の蛤は2枚の貝がらがぴったり合う様子から「夫婦ながよく」の意味があります。ぜひ、お家で1つ1つの意味を話しながらひなまつりの風習を楽しんでみて下さい😊



旬の食材〔菜の花〕

春を告げる代表的な食材です。菜の花は花が咲く直前のつぼみの時期に食べます。つぼみには花を味がせる為の栄養が詰まっているので、とても栄養価の高い食材です。大人にはほろ苦さが人気ですが、子どもたちには食べにくいこともあるので、マヨネーズで和えたり、お肉と一緒に炒めると食べやすくなります。目で楽しむのはもちろん春の味として味わってみてください。



給食室からお知らせ

お誕生日会 3/18

- 〔献立〕
- ・ 白米食パン
 - ・ ポテトサラダ
 - ・ 南瓜サラダ
 - ・ とうもろこしスープ

- 〔おやつ〕
- ・ ひじきごはん、小魚、牛乳

・ にじ組、そら組 お弁当給食 3/9、3/24

お弁当給食当日はお弁当箱をご持参下さい。



3月の食育

〔ゆめ組〕 3/16 菜の花をさわろう

〔にじ組〕 3/13 ミニフッキング (小松菜を塩昆布で煮る)

〔そら組〕 3/19 ホットケーキ作り!

3/22 おやつバイキング

3/25 卒園遠足

