



給食だより



《3月号》

梅の花がちらほら咲き始め春の訪れを感じるようになりました。
暖かい日もあれば寒い日もあり、体調を崩しやすくなります。
旬の野菜から栄養を取り入れて元気に4月を迎えましょう。



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わしがあります。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、菜の花に春キャベツ、夏はなすやピーマン、秋は栗にさんま、さつまいも、冬は白菜に大根など。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、バランスのとれた食生活が健やかな成長へとつながります。ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。



さくら組さん卒園おめでとう

今年度も最後の月となりました。あらためて子ども達の成長を感じます。いつも美味しそうに、おかわりをして給食を食べてくれるさくら組さん。その姿が私たちの励みになっています。卒園しても「保育園の給食おいしかったな」と思い出してもらえると嬉しいです。3月の献立に、さくら組の子ども達ひとりひとりにお昼とおやつ、もう一度食べたいメニューを聞いてたくさん取り入れました。「全部好き！」と答えてくれた子もいてとっても嬉しかったです。

人気のメニューはこちらです♪
お昼 1位カレーライス 2位唐揚げ
おやつ 1位コーンフレーク
2位メロンパン

