

3月 給食だより

今年度も残り1カ月となりました。発表会のスライドでも紹介したように、こどもたちはたくさんの食材とさまざまな出会いをし、作って味わうことを楽しむことができました。

年度当初に比べ、食べられるものも、食べる量もぐんと増えたこどもたちの姿をうれしく思います。

3月は一ツ大きくなる喜びが膨らむ月です。その気持ちが支えとなって、苦手なものも食べてみようとしたり、意欲的な姿が見られます。そんな姿を、共に励まし支えていけたらと思っています。

また、保育園での様子をお伝えできたらと思います。

<3月の給食は・・・>

春野菜がたくさん登場します。春野菜は独特の苦みがあるもの(菜の花・ふきのとう・うどなど)や、優しい甘味を感じるもの(新玉ねぎ・春キャベツなど)があります。この時期にしか食べられないものもたくさんあります。こどもたちが苦みや甘味を感じやすいようなメニューを取り入れながら、春野菜の特徴を知っていく1ヶ月にしたいと思います。

春野菜は冬の間に落ちた代謝を活発にして、身体を元気にしてくれる作用があります。こどもたちが元気に進級できるよう、そんなことも伝えながら、こどもたちが食べることを楽しんでいけたらと思います。レシピも配布しますので、ぜひお家でも味わってみてくださいね。

ふきのとう
と
ふきは
同じ野菜?

A.ふきとふきのとうは、同じ地下茎から成長した兄弟です

春野菜のちょこっと豆知識!



たけのこは
竹になる?

A.脱皮を繰り返して
約10日で竹に成長
します



<1年に1度の特別な給食>

～心に残る給食の味～

今年度2年目となる幼児クラスの誕生会リクエストメニュー。2年目になり、こどもたちにとってますます特別な日になっています。

なのはな・あじさい・ひまわりの異年齢の関係で、自分が食べたいメニューだけを伝えるのではなく、“何が好きなん?”“これは好き?”と、みんなの意見も聞きながら、決めている姿があります。

【友だちが選んだメニュー】は、こどもたちにとって格別で、“【〇〇ちゃんの給食】めっちゃおいしい”と、言いながら食べています。いつか、“誕生会といえばこの味!!”というくらい同じようなメニューが並ぶようになりそうです。今回は、今年度最後の誕生会が7日にあります。友だちの姿を見ずとずと楽しみにしていたこどもたち。どんなメニューになるか、今から楽しみです。

<4月>
*ごはん
*鶏肉の照り焼き
*ブロッコリーとりんごのサラダ
*コンスープ
*フルーツヨーグルト

<5月>
*豆ごはん
*春キャベツのハンバーグ
*ポテトサラダ
*すまし汁
*いちごのカップケーキ

<6月>
*しょうがごはん
*鶏のからあげ
*ポテトサラダ
*コンスープ
*カップケーキ

<7月>
*枝豆ごはん
*鳥のからあげ
*夏野菜のポン酢あえ
*コンスープ
*フルーツゼリー

<8月>
*とうもろこしごはん
*鳥のからあげ
*ポテトサラダ
*レタスのスープ
*型抜きクッキー

<9月>
*とうもろこしごはん
*鮭のからあげ
*ポテトサラダ
*ミネストローネ
*型抜きクッキー

<10月>
*梅干しごはん
*鶏手羽のゆかり焼き
*ポテトサラダ
*ミネストローネ
*型抜きクッキー

<11月>
*さつまいもごはん
*鮭と豆腐のコロッケ
*かぶとりんごのサラダ
*ブロッコリーのスープ
*型抜きクッキー

<12月>
*さつまいもごはん
*鶏手羽のからあげ
*ポテトサラダ
*ミネストローネ
*りんごマフィン

<1月>
*さつまいもごはん
*鮭と豆腐のコロッケ
*ポテトサラダ
*コンスープ
*きのこスパゲッティ

<2月>
*さつまいもごはん
*鮭と豆腐のコロッケ
*白菜とりんごのサラダ
*ミネストローネ
*ジャムサンド

自分で作った特別おにぎり

2月たんぽぽぐみは、お弁当の日みんなでおにぎり作りをしました。お米を研ぐところから炊けるまでの過程にたくさん関わってきました。さらさらのお米を触って“かたーい”と言っていたり、といでいくと“おみすがしろい”“つめたいね”と感じたことを言葉にしていました。ひとりひとり“ぎゅっ、ぎゅっ”といいながら丸め、素敵なおにぎりが完成していました。自分たちで握ったおにぎりはとてもおいしく、あつという間になくなっていました。自分たちで作ることが楽しく特別に感じている姿がありました。是非、お家でも一緒に作ることを楽しんでもらえたらと思います。

