



令和6年度
あゆみ保育園

3月給食だより

園長 江郷 勝哉
給食 丹生 佳奈



暖かくて柔らかい日差しを感じる季節になりました。早いもので、今年度も最後の月です。食べる量が増えたことで、子どもたちの成長を感じることが出来ました。きりんさんは保育園の給食もあと1ヶ月です。卒園しても「おいしかったな！」と思い出してもらえるよう心を込めて作ります。3月は、ひな祭りもあります。行事食で子どもたちの成長をお祝いしたいと思います。

3月の行事予定

- 3日(月) おひなさまメニュー
おやつには手作りの桜餅を提供します。
(幼児クラスのみ)。
- 5日(水) お誕生日メニュー
- 19日(水) お別れ会会食
園長先生ときりんさんが一緒に食べる最後の給食を楽しみます。

ふきご飯のレシピ



【材料】(4人分)

- ・米…2合
- ・水…380cc
- ・ふき…100g
- ・油揚げ…1/2枚
- ・和風だしの素…3g
- ・酒…大さじ2
- ・醤油…小さじ1
- ・塩…小さじ1/3



【作り方】

- ① 米は洗い、ザルに上げる。ふきは塩(分量外)をまぶし板ずりして茹で、皮を剥いて小口切りにする。油揚げは湯通し、細切りにする。
- ② 鍋に材料の調味料を入れ、ふきを煮て取り出す。
- ③ 炊飯器に米、油揚げ②の煮汁を加え、通常の水加減まで水を足して炊く。
- ④ 米が炊き上がったたら、ふきを入れて混ぜてできあがり(彩りに錦糸卵や白いりごまなどをのせてもよい)。

給食の目標

身体の働きについて知る

○食後はゆっくり休息をとることの大切さ、食べたものが身体の中でどうなるのかを知る。



ひな祭り

◆ひな祭りとは？

3月3日のひな祭りは、女の子の幸せと健やかな成長を願ってお祝いする日です。旧暦の3月3日は桃の花が咲く季節にあたるため「桃の節句」ともよばれます。

◆ひし餅

下から赤・緑・白と三色の餅をひし形に切って重ねたものです。赤は厄を払い、解毒作用があるという「クチナシ」で色を付けます。緑は春の生命力に溢れる若草を表し、「よもぎ」を使って色を付けます。白は清らかさを意味し、春の雪を表します。また、ひし形をしているのは大切な心臓を表しており、邪気を払おうとする強い気持ちや娘の無事の成長を願う気持ちの表れとも言われています。

◆ひなあられ

主に桃・緑・黄・白の4色でそれぞれの四季を表し、一年の四季を通じて娘が健康であるようにと願う気持ちが込められています。でんぷんが多く、健康に良いことから「1年中娘が幸せに過ごせるように」という願いが込められています。



ICクラスのメニュー変更

- 3/3(月) 桜餅→ピンクのホットケーキ
3/11(火) 花太巻き→おにぎり
3/17(月) ぼたもち→あんこおにぎり



1日3食の食事のバランスや食事のマナーなど、家庭でも1年間の食事を振り返ってみていただけたらと思います。そして何よりも、みんなとの楽しい食事は子どもたちの心や体の栄養となります。

保護者の皆さま、1年間食を通じてのご理解、ご協力のほどありがとうございました。

紙媒体をご希望の方は、事務所へお声掛けください。