

3月は、ひな祭りや卒園式など一年の中でもイベントが多い時期ですね。3月の献立は一年間を通して人気のあったメニューを多く取り入れています！年長児さんへアンケートを取ったお楽しみ献立の日もありますので楽しみにしてください。どのクラスも4月から比べると食べる量も増え、給食美味しかった！の声がたくさん聞こえます！



## 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」、れんこんには「見通しがきく」という縁起かつきがあります。はまぐりは2枚の貝殻がぴったり合うことから「夫婦仲良く」という意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。使用する食材には女の子の幸せを願う意味が込められているので、ぜひ取り入れたいですね。給食ではえびは使用しませんが、ちらし寿司を提供します。



## 1年を通して食事マナーは身につきましたか？ お家でお子さんとチェックしてみてください！

- 食事の前にきちんと手洗い出来ましたか
- 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶は出来ましたか
- 毎日朝ごはんを食べましたか
- 食事は色々な食材をバランスよく食べましたか
- おやつは時間と量を決めて食べましたか
- 正しい姿勢で食べる事が出来ましたか
- よく噛んで食べることが出来ましたか
- 食事の準備や片付けの手伝いが出来ましたか



この他にも、食べられるものが増えたり、自分でお皿をピカピカに出来るようになったりと、食事のマナーや食事面での成長がありましたか？出来なかったことは4月からの目標にしてみてくださいね。

## 保育園メニュー《おかかごはん》

### 材料

- ・ご飯 400g ・かつお節 10g
- ・砂糖 5g ・醤油 10g ・水 5g



### 作り方

- ① 小さい鍋に砂糖、醤油、水を入れ弱火にかけ砂糖を溶かす。(電子レンジでもOK)
- ② 砂糖が溶けたら火を止め、かつお節を入れて良く混ぜ合わせる
- ③ 出来た②をご飯に混ぜ合わせる
- ④ 器に盛り、完成！

※焦げやすいので砂糖が溶けたら火を止めてください。煮詰めると飴状になり固まるので加熱しすぎに注意してください

## ～1年を振り返って～

早いもので今年度も後わずかですね。4月は給食に慣れない子も多く、なかなか給食が進まない事もありましたが、春・夏・秋・冬と季節が進むごとに食べる量も増え、「今日の給食何ですか～？」「〇〇がおいしかった！」「これには〇〇が入っているんだよね！」という声も耳にするようになりました。一年を通して給食や食べ物に興味を持ってもらえるようになった子ども達に成長を感じました

一年間、保育園の給食にご協力頂きありがとうございました。

