

3月給食だより

令和6年3月1日 あいあい浜寺中央こども園

少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりました。早いもので今年度も最後の月です。1年を振り返ってみると、子どもたちは食べる量も増え、苦手な食べ物もずいぶん食べられるようになって成長を感じます。

園では、旬の食材を取り入れた行事食、大根や玉ねぎ、じゃがいも、いちご等おなじみの野菜・果物の自然な姿と収穫体験、畑遊び等々、食育にもたくさん取り組み、“食事は生命の源”の理念の下、給食を通して子ども達の健やかな成長を願ってきました。子どもたちが給食を通して少しでも食に興味を持つことが出来ていたら尚うれしい事です。また、13日(水)のお別れ会の日のメニューはカレーですが、5歳児らいおん組さんのカレーにはお祝いの気持ちを込めて、リクエストが多かった具材をトッピングします。何かは当日を楽しみにして下さい。

3月の行事食はひなまつりにちなんでちらし寿司です。えび、錦糸卵、みつばなど春らしい色とりどりの見た目も華やかなちらし寿司です。味だけでなく目でも楽しんで食べてもらいたいと調理しています。



2月の食育

2歳児～4歳児さんは小魚チップ、5歳児さんはめざしを食べました。5歳児さんは、めざしのわたの苦味が得意でない子もいましたが、みんな頑張って食べていました。

あいあい巻き寿司の方は、一口大で食べやすく、みんなアツという間に完食していました。特に『あなごきゅうり巻』が人気でした。子どもたちからは「美味しかったよ」や「おかわりもした」と嬉しい言葉がありました。

☆がんばっています☆

2歳児さんは、おはしの練習を始めています。先生に教えてもらいながら、時間を決めて取り組んでいます。みんながんばってね。

旬の食材

キャベツ…1,4,9,12,15,19,25,26,29日
わけぎ…21,28日
ブロッコリー…6,15日
みつば…1,4,5,12,27日
ふき…26,28日
いちご…5,22,25,27日
ネーブルオレンジ…29日
生わかめ…4,19,27日
さわら…1日 ぶり…21日



4月から小学生になる、らいおん組さん。

給食を残さず食べるよう頑張ったり、食育を通して心も体もたくましくなりました。

給食室の前で、「やったー。からあげや」「今日の給食ぜんぶすき！」と献立を一生懸命読む姿はとてもほほえましかったです。小学校でも、元気にたくさんのことにチャレンジして頑張ってください。応援しています。

3月の栄養価平均(幼児)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
基準値	590	19~29	13~20
当月予定値	633	24.9	21.2