



給食だより

令和5年3月1日
あいあい鳳保育園

寒さも幾分和らぎ、日差しが暖かく感じられる季節になりました。

4月に比べて子どもたちは、スプーンやフォーク、お箸を上手に使えるようになり、食べる量も増えてきました。「これ好き!」「おいしい!」とお友達と楽しそうに食べている姿を見ると、給食を通して子どもたちの成長が感じられます。また、9日(木)のお別れ会のメニューは、ポパイカレーですがお祝いの気持ちを込めて、みんなの大好きな物をトッピングします。



らいおん組さん

らいおん組さんはもうすぐ卒園です。給食を運んで行くと「今日の給食何ー?」といつも聞いてくれて、「一番に食べ終わった!」「おいしかったよ!」といっぱいお話をしてくれたらいおん組さん。小学校に行っても、給食をいっぱい食べて元気に頑張ってくださいね。

2月の食育

2月9日にあいあい巻きが登場しました。うさぎ組さんは給食を持っていくと「お寿司屋さんだ!」ととても喜んでくれて、おかわりもあつという間に食べてくれました。らいおん組さんでは節分の食育で、いわしとめざしを見てもらいました。「これは何かな?」と聞いてみると、「あじ!」「さば!」と知っている魚の名前を答えてくれました。「これはいわしって言うんだよ」と言うと、「いわし知ってる!」と言って触ってみたり、匂いを嗅いでみたり、じっくりと観察していました。「鬼さんはいわしが嫌いだから、鬼さんが来ないようにみんなはお魚頑張って食べてね」と伝えると、頑張って食べていました。

今月の旬の食材

- キャベツ・・・1, 3, 6, 13, 16, 24, 28, 30, 31日
- ブロッコリー・・・13, 29, 30日
- みつば・・・3, 7, 16, 23, 30日
- わけぎ・・・9, 20日
- ふき・・・24日
- 生わかめ・・・3, 16, 23, 28日
- しらす・・・7, 28日
- さわら・・・9日
- いちご・・・6, 13, 22, 27日
- ネーブルオレンジ・・・7日



ひなまつり

3月7日にひなまつりちらし寿司が登場します。おやつにはいちごと牛乳と抹茶を使ったきれいな3色ゼリーを作ります。桃・白・緑の3色にはそれぞれ意味があり、春の訪れを意味しているそうです。

2月の平均栄養価(幼児食屋食・おやつ)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
基準値	590	19~29	13~20
平均値	613	23.7	19.9