

3月 しょくじだより

R8.3月 わらべのうち保育園

早いもので、今年度もあと1か月となりました。子どもたちも4月と比べてしっかり成長し、何でも良く食べるようになりました。ほんの少しのおかずをお皿に盛って食べていた子どもたちも、前よりもご飯もおかずも食べられるようになりました。苦手なものでも食べられるようになったことで、自信もついた気がします。

大きくなった子どもたちの身体は、子どもたちが食べているもので出来ています。そして自分で食べることのできる子どもたちも、今はまだ自分で食べるものを選び、食べるように加工し食べることはできませんね。子どもたちの「食」は周りの大人たちでできているのです。子どもたちが将来大人になったとき、自分たちの力で自分の身体に必要なもの、体に合った量や安心安全な食事を食べられるようにこれからも私たち大人がまずたくさんのお食に興味をもち、ともに食に触れ合える環境にしていきたいですね。

美味しい季節の行事

3月3日のひなまつりは中国の上巳の節句が由来とされています。桃の節句ともいわれ人形(ひとがた)、あるいは形代(かたしろ)と呼ぶ草木あるいは紙やわらで作った素朴な人形に、自分の災厄を移して海や川に流した祓いの行事と、平安時代に始まるお人形遊び(ひいな遊び)とが、長い間に結びついたのが、現在の「ひな祭り」です。女の子の健やかな成長を願う行事で、ひしもちやひなあられは緑(健康)、白(清浄)、桃(魔除け)と各色に意味が込められています。



リクエストメニューについて

◎2, 3月で卒園児さんの希望献立を取り入れました。

マーボー豆腐や納豆サラダ、骨付きのお肉など、あかさんは味覚の嗜好が似ているのか、ひとりひとりが様々なメニューを言うのではなく、「僕もこれが好き」、「わたしも！」とリクエストメニューの献立がおなじものが多かったですね。今年もあかさんの好きなメニューをたくさん教えてもらって、また作ることができて嬉しい気持ちでした。小学校へ行っても、わらべのうち保育園で食べた給食をまた思い出して欲しいです。



月 2	火 3	水 4	木 5 あさひさん希望献立	金 6	土 7
ごはん さばのみそソース きゅうりとささみの梅和え みそ汁 フルーツ ウイナーポケージョ 牛乳	ちらし寿司 塩こうじ唐揚げ 無限白菜 アサリのすまし汁 フルーツ 三色ケーキ 牛乳	ごはん はっぼうさい かぼちゃ煮 みそ汁 フルーツ 春色おにぎり お茶	ごはん 鶏と大根のみそ煮 あすっこじゃこ和え みそ汁 フルーツ バースデーパン 牛乳	ごはん 魚のカレームニエル 春キャベツのトマト煮 みそ汁 フルーツ 高野ピラフ 牛乳	きなこだんご クラッカー
9	10	11	12 ゆうしんさん希望献立	13 りこさん希望献立	14
ごはん ぶり大根 きんぴらごぼう もやしとミンチのスープ フルーツ 春菊チャーハン お茶	ごはん 豚肉のロール巻 ブロッコリーのなめたけ和え みそ汁 フルーツ ココアプリン 牛乳	ごはん お好み焼き風卵焼き 豚しゃぶサラダ みそ汁 みそ焼きおにぎり お茶	ごはん バーベキューチキン りっちゃんの元気サラダ みそ汁 フルーツ だいずかりんとう 牛乳	ごはん 鮭のゴマしそ焼き 納豆サラダ みぞれ汁 フルーツ ごまパン 牛乳	卒園式 せんべい ドーナツ
16 ゆうとさん希望献立	17	18	19	20	21
マーボー丼 鶏肉と昆布のスープ 和え物 フルーツ じゃがいものみそだれ 牛乳	ごはん 魚のケチャップ和え あすっこのぼんずソテー みそ汁 フルーツ きなこマカロニ 牛乳	カレーうどん ウズラ豆の甘煮 切干の中華サラダ フルーツ 中華おこわ お茶	ごはん 鮭のホイル焼き ポテトサラダ みそ汁 フルーツ おはぎ 牛乳		蒸しパン クッキー
23	24	25	26	27	28
ごはん 豆腐ハンバーグ 大根サラダ みるくみそ汁 フルーツ 大根とあさりのおにぎり お茶	ごはん シシャモの天ぷら ほうれん草と切干のゴマ和え みそ汁 フルーツ 納豆トースト 牛乳	ごはん 鮭のみそマヨ焼き 煮びたし 中華風コーンスープ フルーツ 手作りふりかけおにぎり お茶	ごはん 厚揚げピザ焼き ごぼうサラダ 豆乳汁 フルーツ パン粉の変身ケーキ 牛乳	ごはん 魚のグリル さつま芋の昆布煮 みそ汁 フルーツ ヨーグルト 牛乳	フルーツヨーグルト せんべい
30	31	希望保育		希望保育	

◎保護者の皆様には、お弁当の日・クッキングの用意等で大変お世話になりました。ありがとうございました。