



令和5年3月1日

市川梨の花保育園

給食だより

少し寒さが和らぐ日もあり、すぐそこまで春がやってきているように感じます。今年度も残すところあと1か月となり、子ども達は4月の頃より身体も心もお兄さん、お姉さんになりました。春になり進級、進学するのが今から楽しみです。

給食室は子ども達の笑顔と「おいしい〜！」の声に支えられ毎日給食作りをする事が出来ました。食育活動にご理解ご協力いただいた保護者の方々、毎日、たくさん給食を食べてくれた子ども達に感謝いたします。1年間、ありがとうございました。



## 3月3日はひなまつり



3月3日はひなまつりです。当日は子ども達が大好きな「鶏のねぎ味噌焼き」「ひなまつりご飯」「ひなまつりゼリー」でお祝いします。おやつ飲み物は甘酒のかわりにカルピスを飲みます。ひなまつりに欠かせない「ひしもち」のいわれについて紹介します。

～ひしもち～

色の順は、たいてい下から緑・白・桃色の3色。ひしもちは昔、緑と桃色の部分に薬効成分のある“ヨモギ”と“クチナシの実”が使われていました。桃色のもちは「健康の祝い」、白いもちは「清浄の表し」緑の草餅は「春先の芽吹き」から「もえる若草」をたとえていると言われています。

## 3月給食・食育活動

### 給食目標

園全体「食事に感謝の気持ちを持とう」「ひなまつりについて」毎日、食事が出来る事に感謝する心を持てるように伝えていきます。ひな祭りについての由来や行事食を食べる理由を伝えていきます。

◇3月 3日（金）ひなまつり集会

◇3月 9日（木）お別れバイキング（ぞう組）

ぞう組さんからのリクエストメニューです。

◇3月 14日（火）ご当地メニュー（長崎）

給食「長崎ちゃんぽん」おやつ「長崎カステラ」

◇3月 16日（木）お誕生日会

◇3月 23日（木）クッキング（ぞう組）



※感染症の状況により食育活動の日程変更や中止になる場合があります。



# 食育だより



2月は全園児を対象に食材の浮かぶ・沈むクイズを行いました。水槽の中に食材を入れ浮かぶか沈むかを子供に当ててもらったゲームです。食材はじゃがいも・人参・りんご・さつまいも・ブロッコリー・キャベツ・大根・れんこん・すいか・かぼちゃの10種類を用意しました。食材を紹介し、浮くと思う人は○に沈むと思う人は×に移動してもらい、答え合わせは子供たちが実際に水槽に食材を入れて行いました。正解すると子供たちは大喜びし、とても楽しんで行うことができました。最後に土の中で育つものは沈み、土の上で育つものは浮くというお話をし、食材について詳しくなった子供たちでした。



2月は近畿地方のご当地メニューを作りました。給食にはしじみの炊き込みご飯、トンテキ、ゆばのすまし汁、おやつには天理ラーメンを作りました。三重県で食べられるトンテキは豚肉のステーキのことを言い、味が濃い目のソースを絡めて食べます。天理ラーメンは奈良県で食べられており、白菜がたっぷり入ったラーメンでスタミナラーメンとも言われているそうです。子供たちも皆よく食べていました！次のご当地メニューも楽しみです。

