

食育だより

3月

令和5年3月号
かすみ台第一保育園

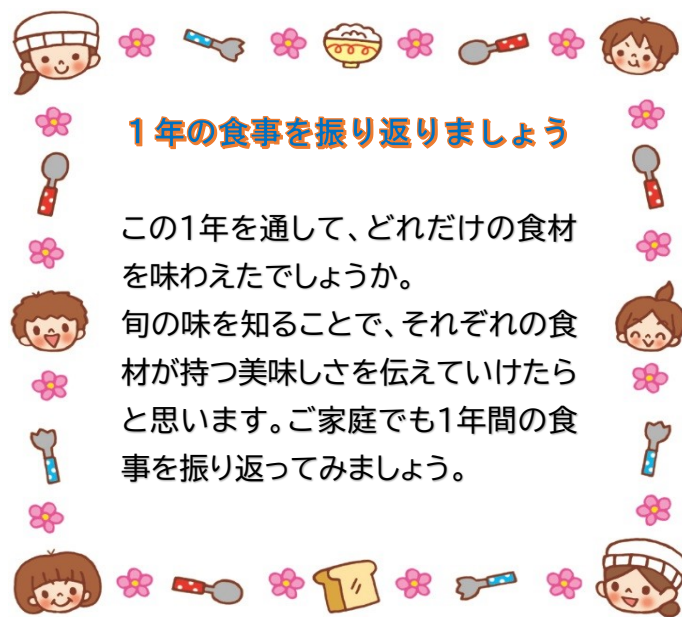
1年も終わりに近づき、卒園・進級を控えた子供たちの表情を見ると、成長を感じますね。

春の訪れを感じる日もありますが、まだまだ寒い日もあり、体調を崩しやすくなります。バランスのとれた食事をして、元気に4月を迎えましょう。



春といえば桜餅

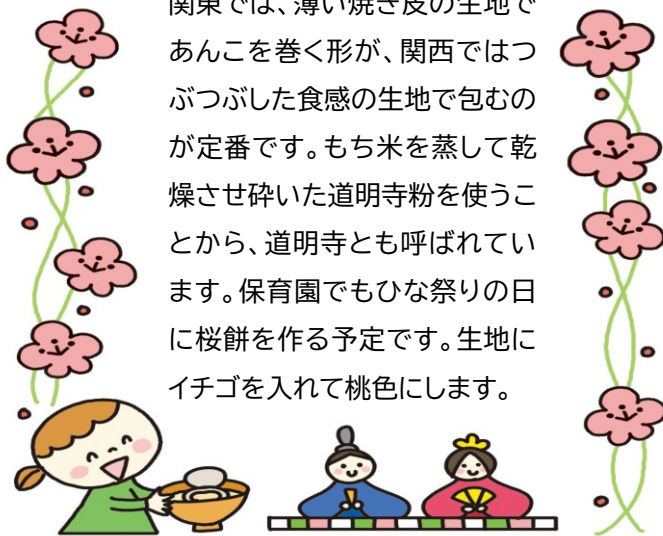
関東では、薄い焼き皮の生地であんこを巻く形が、関西ではつぶつぶした食感の生地で包むのが定番です。もち米を蒸して乾燥させ砕いた道明寺粉を使うことから、道明寺とも呼ばれています。保育園でもひな祭りの日に桜餅を作る予定です。生地にイチゴを入れて桃色にします。



1年の食事を振り返りましょう

この1年を通して、どれだけの食材を味わえたでしょうか。

旬の味を知ることで、それぞれの食材が持つ美味しさを伝えていけたらと思います。ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。



ぞう組さんの保育園生活も残すところあと1か月となりました。そこで「もう一度食べたい給食」をぞう組さんのみんなに聞いてみました。今月は主に、ぞう組さんのリクエストメニューです。

3位まで入らなかったリクエストメニューもたくさん取り入れました。

主食部門

- 1位 わかめごはん
- 2位 牛乳パン
コロケパン
- 3位 カレーうどん

主菜部門

- 1位 鶏スティックの煮つけ
- 2位 鶏のから揚げ
- 3位 鮭の西京焼き
チキンナゲット

スープ部門

- 1位 コーンスープ
- 2位 わかめスープ
- 3位 キャベツとベーコンの
スープ
肉団子スープ

サラダ部門

- 1位 マカロニサラダ
- 2位 切り干し大根
- 3位 れんこんサラダ
人参しいしり

おやつ部門

- 1位 フリン・アラモード
- 2位 ケーキ
- 3位 ミッキークッキー
焼きショコラ鞋

果物部門

- 1位 イチゴ
- 2位 パイナップル
- 3位 みかん
りんご・バナナ