

給食便り



ひなまつり

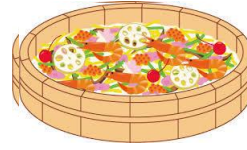


3月3日はひな祭りです。

ひな祭りは女の子の健康と成長を祝う日。

「ちらしずし」や「はまぐりのうしお汁」などを食べます。はまぐりの貝はとても仲良しです。対になった2枚の貝を合わせるとぴったり合います。ほかの貝では合いません。女の子が大人になったとき、はまぐりのようにぴったりと合う結婚相手と結婚できるようにとの願いが込められています。

ひな祭りには、行事食を食べてみんなでお祝いしましょう。



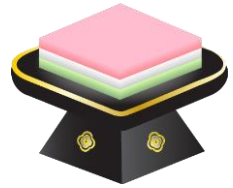
ちらしずし



ひなあられ



はまぐりのうしおじる



ひしもち



春分/春のお彼岸

昼と夜の長さがほぼ同じになる春分(3月20日)と9月の秋分を中心に、その前後3日、を彼岸といい、お墓参りする風習があります。

お彼岸のお供えもの

牡丹餅(ぼたもち)

春は牡丹の花にちなんで「牡丹餅」、秋は萩の花にちなんで「お萩」とよびます。

小豆は秋に収穫されるので、春の牡丹餅はかたくなった皮をとったこしあん、秋のお萩は皮ごと使った粒あんで作っています。

昔は甘いものが貴重なため、牡丹餅といえぼごちそうで、大切な客やお祝いなどでふるまわれていました。



人気おやつレシピ☆恐竜のたまご

< 材料 約10個~15個分 >

ホットケーキミックス・・・100グラム

絹豆腐・・・100グラム

油・・・適量

粉砂糖・・・適量

☆35ccのディッシャーを使います。

☆スプーンでも代用できますが、丸になりにくいです。

<作り方>

① ホットケーキミックスと絹豆腐をなめらかになるまで混ぜ合わせます。

※豆腐の水切りは必要ありません。

② 油180℃、弱火で約10分程あげます。

揚がいているとくるくる回りだすので、

両面きつね色に揚げてください。

つまようじをさして生地がついて

こなければ、大丈夫です。

③ 荒熱がさめたら、粉砂糖をふり完成です。



卒所おめでとうございます

早いもので、子どもたちがみさと保育所から旅立つ日が近づいてきました。最初はほんの少ししか食べられなかったり、苦手なものにとらめっこしていた子どもたちも今は、しっかりと食事ができるようになりました。小学校に行っても食事を楽しみ、大きく成長してほしいと思います。



食べる意欲を育てる食育を

食事は、栄養をとるだけの行為ではありません。楽しい食事の体験は、子どもの五感や食べる意欲を育てます。「食べたい」という意欲の形成は生きることへの大前提です。そのために、食べる意欲の大切さを毎日の食生活を通して伝え、気づかせていきたいものです。