

きゅうしょくだより

令和4年度 3月号
南水元いろは保育園

いよいよ今年度も最後の月となりました。4月に比べると、食べられるものや食べる量が増え、心身ともに大きく成長しましたね。
今年度も給食室へのご理解・ご協力ありがとうございました。



ひなまつり

ひなまつりはひな人形や桃の花を飾ったり、菱餅やひなあられなどを食べ、女の子の幸せと健やかな成長を願う行事です。

また、春を無事に迎えられたことを喜び、これからも家族が元気で過ごせるようにと願う日でもあります。

ひなあられは菱餅を外でも食べやすくするために、小さく砕いて焼いたおかきが原型とされています。

関東では甘みのあるポン菓子、関西では塩味のおかきが主流です。

地域によってさまざまな種類があるのも特徴的です。

また、色にも1つ1つ意味があります。

3色のものは自然のエネルギーによって女の子が健康に育ちますように

4色のものは黄色が加わり、一年を通して過ごせますように

赤…生命のエネルギー 緑…新芽が広がる大地の緑

白…雪で覆われた大地 黄色…効用を連想させる



ちらし寿司の具材にも、それぞれ意味が込められています。

れんこん「先の見通しがきく」、えび「長寿」の象徴、錦糸卵「金銀の財宝を表す」、豆「健康でマメに働けるように」など、縁起のいい食材を入れます。

はまぐりのお吸い物は、はまぐりは二枚貝で対の貝殻しか

組み合わないことから将来夫婦円満に暮らせるようにという意味があります。

はまぐりの旬は2～4月頃なので、ひなまつりの時期にぴったりです。

甘酒には、魔除け・不老長寿の意味が込められています。



リクエストメニュー

だいち組のおともだちに、3月のお給食とおやつのリクエストメニューを聞きました。カレーライス、ハンバーグ、パスタなど洋食のリクエスト以外にも、うどん、なめこのみそ汁、カレイ、納豆和えなどの和食のリクエストも多かったので少し驚きでした！おやつはココアバナナ、大学芋、クッキーと日頃からおいしい！と言ってきていたものが人気でした😊

にんじん1個なら食べられる、ほうれん草だけなら食べられると、完食することも難しかった子たちが、今では毎日おかわりまでしてくれる姿を見られて大変嬉しく思います。残りの給食の時間も楽しく過ごせるよう安心安全でおいしい給食に努めさせていただきます！

だいち組のみんな、ご卒園おめでとうございます。

3月はみんながリクエストしてくれた給食がたくさんあるよ！

いつ出るか献立表を見て、楽しみにしていてね！

残り少しの保育園のお給食もたくさん食べて小学校で、お勉強頑張てね！！

今月の行事食

3月4日(月)	ひなまつり献立
3月14日(休)	誕生日献立
3月21日(休)	お彼岸
3月22日(金)	バイキング給食

今月の食育

3月8日(金)だいち組みみそ汁作り

