

# 3月 給食たより

2025年度

さんいく保育園 有明  
管理栄養士

3月に入り、日差しも暖かくなってきました。  
早いもので今年度も最後の月になりました。子どもたちが給食を通じて少しでも食に興味を持つことができたら嬉しく思います。  
はと組にとっては残りわずかな保育園での給食の時間、楽しく過ごしてもらいたいと思っています。

## 3月の食育の予定

- 【ひよこ】 菜の花を触ろう！ (24日 火曜日)
- 【あひる】 わかめを触ろう！ (10日 火曜日)
- 【うさぎ】 菜の花を知ろう！ (3日 火曜日)
- 【ひつじ・ろば】 いちごと菜の花を知ろう！ (3日 火曜日)
- 【はと】 おもてなしクッキング (26日 木曜日)



はと組さんから園のみんなへ「ありがとう」の気持ちを込めたおにぎりを提供予定です。

## 食育通信～2月の食育のご紹介～

【2月14日 クッキーを作ろう！】  
うさぎ組



うさぎ組では初めてクッキング！エプロンを身に着け、手を綺麗に洗って、いざ、クッキー作り！粉を振り、生地を混ぜ、生地が出来上がったら、型抜き、そして、焼けたクッキーにアイシングまで行いました！自分たちで作ったココアクッキーはとっても美味しく、ニコニコで完食しました。

【2月19日 魚屋さんのおはなし】  
全クラス



いつも給食のお魚を届けてくださる『海幸水産』の小林様にお越しいただきました。とっても大きなぶりに驚きつつも、見て・触って、お魚のことを沢山知れました！幼児クラスはぶりの成長（もじゃこ→わかし→いなだ→わらさ→ぶり）について知ることができました！魚の命や魚屋さんに感謝して給食「ぶりの照り焼き」を食べました。

## 食事マナーについて知ろう！

2月にはと組のみんなで食事マナーについて一緒に考えながら、学びました。食事マナーを学んだあとは、素敵な姿勢で食事を気持ちよく食べることが出来ました！ぜひ、この機会にご家庭でもご確認ください。

- ①姿勢：足は床に着け、背筋をのばし、机とお腹はこぶし一個分あける  
→きれいな姿勢で食べることで、しっかりと咀嚼ができます！
- ②口に食べ物が入っているときはお話ししない→☆誤嚥防止のため☆
- ③食器は正しい位置へ：  
汁は右、ごはんは左、主菜は真ん中または右上、副菜は左奥へ
- ④食べているときはふらふらと立ち歩かない



3月3日はひなまつり  
(桃の節句)

「ひなまつり」は女の子の健やかな成長と幸せを願う行事で、桃の花が咲く頃行われるので「桃の節句」とも呼ばれています。ひしもちやひなあられ、はまぐりのお吸い物を食べる習わしがあり、平安時代から続く伝統行事です。



※ ひなまつりパイ ※

【材料】

- ・パイシート
- ・いちごジャム
- ・キウイフルーツ
- ・生クリーム
- ・砂糖



ひしもちをイメージしました！

★1年間ありがとう  
ございました★

今年度も1年間保育園の給食、食育の取り組みにご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。  
来年度も子どもたちに喜んでもらえる安全でおいしい給食づくりと食育に取り組みしていきます。  
どうぞよろしくお願い致します。

