



2024年3月
ゆらりん仙川保育園
栄養士

気温の高い日が続き、今年は例年よりもだいぶ早く「春一番」が吹きました。寒暖差の大きい季節でもありますが、引き続き体調管理に注意しましょう。また、今月3日は「ひな祭り」です。女の子の健やかな成長と健康をお祝します。1日の給食がひな祭りメニューです。みんなでお祝いしたいと思います。



<1年間の食事を振り返ってみましょう>

食材には一番美味しい時期である旬がありますが、それぞれの季節の旬は味わえましたか？春は菜の花、春キャベツ、夏はナスやピーマン、秋は栗、さつまいも、冬は大根や白菜など・・・保育園で栽培したものもあります。素材の味を活かした食事を心掛けていきたいですね。また、三食のバランスやマナーはどうだったでしょうか？ぜひ、ご家庭でも振り返ってみてくださいね。



卒園おめでとうございます！

いつも元気いっぱいチーム5
でした！積極的に食育に参加し
ている姿勢やチーム4、3に優し
く接している姿がとても頼もし
かったです。これからも素敵な
チーム5でいてくださいね♪



お知らせ

3月の献立にある
★マークはチーム
5のリクエスト
メニューです。お楽
しみに！



<クラスの様子>

【くまのみ組】

チンゲン菜に触れ、ちぎりました。チンゲン菜を見せると「わー！！」と手に取ろうとする姿が見られました。食育を始めた当初は不思議そうにする姿もありましたが、自ら手に取って見せてくれる姿に成長を感じました。チンゲン菜の葉を団扇の様にパタパタさせたり、友だちに渡したりして楽しんでいましたよ。色の薄い固い部分を『ポキッ』と折ってみせると音に気がつき、「やって」と葉をどんどん渡してみたり、自分で折ってみてできたことを教えてくれる姿も見られとても可愛らしかったです。

【ぺんぎん組】

ブロッコリーとカリフラワーに触れました。ブロッコリーは見たことがある子が多く、名前を聞いてみると「ブロッコリー！」と教えてくれました。カリフラワーは見たことがない子も多く不思議そうに触れてみました。色の違いに気付く子も多く、「みどりー！」「しろー！」「木みたいー！」嬉しそうに教えてくれる姿がとても可愛らしかったです。

【いるか組】

サンドウィッチ作りをしました。三角に切ったパンにはスライスチーズとマヨネーズ（マヨドレ）四角の方はいちごジャムを挟みました。薄いスライスチーズも上手にパンにのせ、スプーンを慎重に使いたっぷりジャムを塗っていました。春のように暖かい日だったので、シートを敷いて園庭で食べることが出来ました。ピクニック気分みんなニコニコであったという間に完食しました。

【くじら組】

クッキー作りをしました。生地作りはグループ毎にビニール袋に材料を入れて混ぜ合わせながら作りました。同じ分量の材料を入れて作りましたが、各グループごとに違った具合の生地が出来上がりました。子ども達の混ぜ方や手の温度等いろいろな条件で違いがでたのだな、と改めて調理の面白さを感じました。自分たちで作った生地と別で作ってあったココア生地を使って、一人ずつ好きな形のクッキーを作りました。どんな風に焼けるのか焼き上がりを楽しみにしていました。自分たちで作ったクッキーはおやつ時間に食べました。友だちのクッキーを見て「何の形にしたの？」や「かわいいね」と会話も弾みとてもよかったです。