

# 3月 給食だより

2026年2月27日発行  
ミアヘルサ保育園ゆらりん高輪  
栄養士 海野 優菜

寒さが和らぐ中で、進級・卒園までもう少しとなり今年度も残りわずかとなりました。子どもたちはこの一年で少しずついろいろなものを食べれるようになったり、苦手なものも一口は挑戦してみようと頑張ってお食べたりと成長を感じる場面がたくさんありました。今月は、さくら組さんと一緒に考えたお楽しみメニューがあります。今年度も残りわずかとなりますが、どうぞよろしくお願いたします。



## 今月の行事食

### ひなまつり集会

おひる>

- ・ 鮭のちらし寿司
- ・ 筑前煮
- ・ 豆腐とわかめのすまし汁
- ・ 果物

<おやつ>

- ・ いちごミルクくずもち

### 誕生日会メニュー

<おひる>

- ・ お花のケチャップライス
- ・ ハンバーグ
- ・ さつまいもサラダ
- ・ コンソメスープ
- ・ 果物

<おやつ>

- ・ お花の誕生日ケーキ

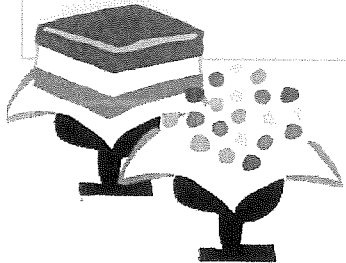
### お楽しみメニュー

<おひる>

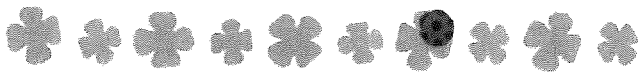
- ・ なめたけごはん
- ・ 鶏のからあげ
- ・ ポテトサラダ
- ・ 人参と大根のみそ汁
- ・ 果物

<おやつ>

- ・ コーンカステラ



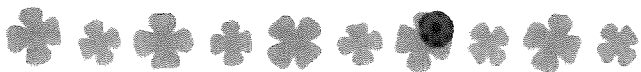
## 人気のおやつをご紹介します



今月はおやつの「メロンパン風トースト」をご紹介します。

子どもから大人まで幅広く愛されているメロンパンを食パンを使ってご家庭でも簡単に作ることができます。ぜひ試してみてください！

詳しい作り方は、玄関の給食サンプルの展示場所にレシピをご準備しますのでお手に取ってみてください！



## 5歳児の食育の様子

午睡の無い時間にいろんなおやつをクッキングしました。

・ かしわめし

包丁を使って野菜を切ったり、調味をしたり盛り付けをするなど皆で出来た達成感を味わうことができ楽しんでいる様子が見られました。

・ ごま蒸しパン

具材を量って混ぜ合わせ上手に型に流し入れることができました。自分で調理をすることで親しみをもち積極的に食べる姿が見られました。

・ アップルパイ

りんごジャムを作っているときは、甘い匂いがして楽しむ姿が見られました。また、りんごジャムを餃子の皮に包む際はとても集中してキレイに包むことができました。