

春めいて、優しく暖かな日差しが心地よい季節となりました。いよいよ今年度も残すところあと1ヶ月です。給食・おやつや食育活動を通して、子どもたちと日々関わりながら、成長を見守ってきました。4月に比べて、たくましく大きくなった成長した子どもたちに、わたしたち調理員もとても嬉しく思います。「おいしいよ」や「また作って」と、優しい言葉を励みに、3月も、子どもたちの記憶に残る、給食・おやつ作りや食育活動に努めてきたいと思います。

## ～おいしく楽しく食べる～

1年間を通して、食事の面で、大きく成長した子どもたちの姿をご紹介します。

### いくら組



食具や手づかみ食べをしながら、自分で食べられるようになりました。

### くらげ組



自分で食具を使って、こぼすことなく食べられるようになってきました。

### らっこ組



苦手なメニューにも一口挑戦！食べこぼしも少なくなりました。

### かもめ組



さまざまな食育活動をきっかけに、おいしく食べられるものが増えました。

### いるか組・くじら組



食器の配置を把握し、お箸を上手に使い食べられるようになってきました。三食食品群の食育活動から、何色パワーか考えながら、モリモリ食べられるようになりました。

3月12日

今年もやります！  
いちご狩り体験 🍓

安全に配慮をしながら、全クラス、楽しくいちご狩り体験に参加してもらう予定です。実施後は、玄関にて写真を掲示します。お楽しみに♪

※当日は、採ったいちごがすぐ食べられるように、給食にて提供します



昨年度の様子



### 『小松菜の納豆和え』

(材料 幼児3人分)

- ・ひきわり納豆：50g(1パック)
- ・小松菜：50g(1株)
- ・もやし：30g(ひとつかみ)
- ・にんじん：25g(中1/6本)
- ☆しょうゆ：3g(小さじ1/2)
- ☆砂糖：2.5g(小さじ1弱)
- ・かつお節：1.5g(ひとつかみ)

保育園でも何度か出している、いるか組・くじら組さんからのリクエストレシピになります。「家でも作ってほしいからレシピのせてほしい」と熱い要望を受け、ご家庭でも作られたことがあるかもしれませんが、ご紹介させていただきます！

#### (作り方)

- ①野菜をお好みの大きさに切り、やわらかく茹でていきます。納豆は、別茹でし、ザルに上げときます。※納豆はそのまま使用していただくのも◎
- ②①をザルにあげ、流水で冷やし、軽く絞ります。
- ③②に納豆、☆の調味料、かつお節を加え、和えたら完成！