



きゅうしよくだより



令和7年度
のとじま幼保園

寒さも和らぎ、暖かい春の訪れを感じる季節になりました。早いもので、今年度も残すところあと1ヶ月。子どもたちはこの1年間で、苦手だった食べ物もずいぶん食べられるようになり、食欲も旺盛になりました。

給食を通して少しでも食に興味を持つことができたら、とてもうれしく思います。年長さんにとっては残りわずかな給食の時間。みんなで楽しくすごせたらと願っています。1年間ご協力ありがとうございました。

3月はひな祭り会、お別れ会、お別れ遠足と予定しています。まだまだこれからも楽しみにしててくださいね！



《2月 かき餅づくりクッキングの様子です》
5歳は、餅をひもであんでつるせるようにしました。
後日、油で揚げおやつでおいしく食べました。



どうやってするん！

じょうずにできました！



食のお悩み Q&A

おやつの際ょうずな選び方

子どものおやつは、3食だけでは不足するエネルギーを補うための第4の食事と考えられています。そのため、おにぎりなど炭水化物を中心に、次の食事に影響がない量をとるのが適切です。市販のおやつの場合は、砂糖や油脂が多いものは避け、甘くないせんべいやビスケットを選びましょう。



ひなまつりのひなあられ



子どもの成長や幸せを祈る意味のあるひなあられ。桃・緑・黄・白の4色の場合は四季を表し、白・緑・桃の3色の場合は雪（白）の下から新芽（緑）が芽吹き、桃の花（桃）が咲く様子を表すといわれています。

春の彼岸にぼたもち

春の彼岸はボタンの花が咲く時期であることから「ぼたもち」が食べられます。秋に収穫されたあずきの皮が春にはかたくなってしまいうため、皮を除いたこしあんがぼたもちに用いられます。

