

給食からのおたより



平成30年度

面川報徳保育園



1年も終わりに近づきました。4月に比べて子どもたちは、たくましさ頼もしさが備わってきたように感じます。3月には、桃の節句があります。きれいな人形を飾って、白酒やししもちなどをお供えし、子どもたちの無病息災を祈る行事です。



ひな祭りの行事食

ひな祭りには、昔からちらし寿司やハマグリのお吸い物を食べる習慣があります。ちらし寿司のえびには「長生き」、れんこんは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という、縁起かつぎがあります。はまぐりは2枚の貝がらがぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。女の子の幸せを願った行事食です。



生活習慣病の予防を

3歳ごろからの急な体重増加は、内臓脂肪の蓄積となり、高血圧、糖尿病へのリスクを高める恐れがあります。生活リズムの乱れ、運動不足やお菓子の食べすぎ、偏食など、食生活や習慣の見直しをお願い致します。



今月の目標

友達とたのしく
食事をしよう



さくら組さん

リクエストメニュー

- ★カレーライス
- ★焼きうどん
- ★温そうめん
- ★スパゲッティミートソース
- ★五目納豆
- ★焼売
- ★かぼちゃサラダ
- ★なめこ汁
- ★ホットケーキ 等

お別れ会のメニューは、さくら組さんからのリクエストにしました。他にもリクエストにあがったメニューはできるだけ3月の献立に取り入れます。



3月の予定

- 8日(金) 誕生会
- 16日(土) 卒園式
- 20日(水) お別れ会



※ 8日と20日は、箸だけを包んで持たせてください。

