

モンキュウ通信

2014年 3月

この通信は、門田報徳保育園給食室からです。

家庭との連携を深め、子どもの健やかな『育ち』に手助けしたいと考えています。



だいぶ春を感じられる陽気になってきましたが、まだ雪も残り冷え込む日もあるので体調管理には気をつけたいですね。

今月の行事に『お別れ屋食会』があります。3月に卒園するさくら組のお友達にリクエストを書いてもらい、人気No.1・No.2のメニューを献立に取り入れられました。何の献立かは27日のお楽しみです。その日は、もも・たんぽぽ・さくら組のお友達と交流しながら食べたいと思います。

そのほかのリクエストも3月の献立に取り入れてあります。楽しく給食の時間を過ごしてほしいと思います。



門田保育園バージョン！おはぎの作り方。

《材料》

- ・もち米…3合
- ・こしあん…100g(人数分に丸めておく)
- ・きな粉…100g
- ・さとう…80~100g(塩…少々)

《作り方》

1. もち米はといで15分くらい水につけておき、少なめの水加減で炊く。
2. きな粉・さとう・塩を混ぜておく。(少し甘めがいい。)
3. 炊けたもち米であんこを包み俵型に握る。きな粉をまぶせばできあがりです。

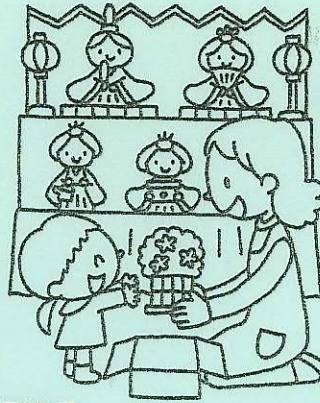
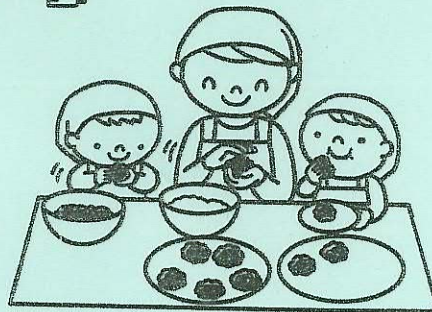
ほたもち と おはぎ 何が違うの？

お彼岸にお供えする「ほたもち」と「おはぎ」の違いは何でしょう！？

ポタンの花が咲く春が「ほたもち」。萩の花が咲く秋が「おはぎ」と言います。また、春は硬い小豆の皮を除いて「こしあん」にし、柔らかい新豆が使える秋は「つぶあん」にします。

季節で小豆の使い方に違いがあったり、呼び名が変わるだけで、どちらも同じ食べ物なのです！！

〔*保育園では20日のおやつで食べたいと思います。〕



子どもの

食事マナーを見直しましょう

食事の時のようすをふりかえることで、子どもの成長がうかがえます。新年度に向けて見直してみましよう。

子どもの時から 食事マナー 身につけたい

子どもが食事に集中できるように、食事中はテレビを消しましょう。

- ☆ 食事前後に「いただきます」「ごちそうさま」をいう。
- ☆ 食事中は席から離れず、きちんと座って食べる。
- ☆ 背中を伸ばして、姿勢よく食事をする。
- ☆ 自分の好きなものだけを食わず、バランスよく食べる。
- ☆ 口を閉じて、よくかんで食べる。
- ☆ スプーンやはし、食器を正しく持って食べる。
- ☆ 食事時間内に食べ終わる。
- ☆ 食事の準備や後片づけを手伝う。

