給食だより

たかがみねこども園　令和５年３月

柔らかな陽ざしとともに、少しずつ暖かくなってきました。早いもので今年度も残すところわずかです。年度初めの４月に比べると心も体も大きく成長した子どもたち。毎日の給食の中でも食べられるようになったものや食べる量が増え、たくましく成長したなと感じます。これからも、子どもたちの喜ぶ姿と成長を楽しみに給食を作っていきます。

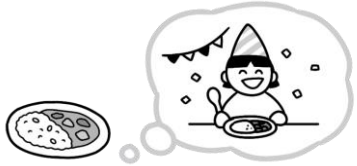
★共食を楽しみましょう

みんなで食べる心地よい食事は、相手を思いやる気持ちや、自然の恵みや食に関わる人への感謝の気持ちを育みます。また、心地よい食体験は子どもたちの記憶に残り、豊かな食生活の基礎となります。また、楽しい食体験を増やすことは、様々な食事に対しての嗜好の獲得と味覚の形成に役立ちます。

おせち料理を食べると・・・

家族で過ごしたお正月を思い出す

カレーライスを食べると・・・



保育園の給食を思い出す

食事を楽しむためには、食べることを
無理強いしないように心がけることが大切です。

周囲の大人が、楽しく食べている姿を見るだけでも
子どもの嗜好性は高まります（単純接触効果）。

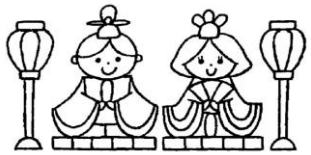
クイズに挑戦！

３月３日はひな祭りです。ひな祭りにかざる『ひし餅』の緑は何を表しているでしょうか？

①野菜

②草

③木



☆クイズの答えは下に記載

親子でクッキング

簡単に作れる！
メロンパン

（材料）
- ホットケーキミックス　１５０ｇ
- マーガリン　２７ｇ
- 砂糖　１８ｇ
- 卵　１ケ
- グラニュー糖　適量

（作り方）
① マーガリンをクリーム状になるまで混ぜる。
② ①に砂糖を加え混ぜる。
③ ②に卵を２，３回に分けて加えて混ぜる。
④ ③にホットケーキミックスを加えゴムベラで混ぜる。まとまってきたら手でこねる。
⑤ 生地を成形し、表面に切れ目を入れグラニュー糖をつける。
⑥ １７０度に余熱したオーブンで１０分程焼く。　完成

☆クイズの答え　②草　他にも緑は『健康』と意味が込められています。また、白は『雪』『清浄』・ピンクは『桜』『魔よけ』の意味が込められています。