



1年の締めくくりの3月がやってきました。この1年で心も体も大きく成長した子どもたち。苦手だったものが少しずつ食べられるようになったり、はしやスプーンなどの使い方が上手になったり、“食”での成長が来年度も楽しみです。

卒園・進級に向けて残り1ヶ月、毎日の食事をしっかり取り取り元気に過ごしましょう。

ひなまつり



ひなまつりとは3月3日、桃の花が咲く季節にあたるため「桃の節句」と呼ばれており、女の子のお祝いをする日です。子どもたちの健やかな成長や幸せを祈ってお祝いします。

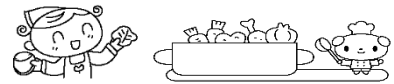
ひなあられ

色によってそれぞれの意味があるのを知っていますか？

- 桃色: 魔除け・厄払い・春
- 緑色: 健康・長寿・夏
- 黄色: 秋
- 白色: 清浄・子孫繁栄・冬



これらは四季の色を表す色によって、自然のエネルギーを取り込み、健康に育つようにとの願いも込められています。



ぞう組は3月で幼稚園での給食は最後となります。そこで楽しかった園生活での思い出の一つになれば良いなという願いを込めて、3月はぞう組のリクエストを中心とした献立を予定しています。給食室では子どもたちが笑顔でおいしそうに食べてくれる姿を思い浮かべながら、張り切って作りたいと思います。

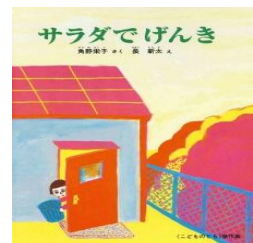


絵本から飛び出したレシピ

3月13日の給食にです

3月は『サラダでげんき』です

りっちゃんはお母さんが病気になってしまったので、美味しいサラダを作ることにしました。すると次々と動物たちがやってきてサラダ作りのアドバイスをしてくれて、おいしいサラダの出来上がり! そのサラダを食べたお母さんはたちまち元気になりました。4月から入学・進級する白梅幼稚園の子どもたち。このサラダを食べて元気いっぱいになってほしいです。



りっちゃんのげんきサラダ (4人分)



		(下処理)
キャベツ	2~3枚	角切りにして茹でる
きゅうり	1本	輪切りにして塩もみ
コーン	30g	
人参	1/4本	千切りにして茹でる
ミニトマト	8個	半分に切る
ハム	2枚	角切りにする
塩昆布	小さじ1	
かつお節	1パック	

ドレッシング

酢	大さじ1
サラダ油	大さじ1
砂糖	小さじ1
塩コショウ	少々

- ・ドレッシングをよく混ぜ合わせる
- ・よく冷ました材料(ミニトマト以外)をドレッシングで和えミニトマトを飾って完成

作: 角野 栄子
絵: 長 新太
福音館書店