



おひさま通信



令和 8 年 3 月 1 日
こぼうしこども園

食育目標：「食べるの大好き」 ○食材に触れる ○食事のマナーを身につける
○食べる楽しさや大切さを知る ○感謝する心をもつ

早いもので、今年度もあっという間に最後の月となりました。保護者の皆様のご理解、ご協力をいただきながら、子どもたちに愛情いっぱいの手作り給食を提供することができました。子どもたちは、苦手だった食べ物に少しずつチャレンジし食べられるようになりました。そして、食事の挨拶はもちろん、はしやスプーンも上手に持てるようになりました。この1年間で、それぞれのクラス、一人一人が成長してきたように感じます。

また、いろいろなクッキング活動や食育活動を通して、たくさん食べ物を見て、触って「食べることの楽しさ」をたくさん経験できました。給食の時間や、おやつ時間は子どもたちの楽しい笑い声や笑顔がたくさんみられる素敵な時間でした。

今年度も残すところ1ヵ月。子どもたちが笑顔で元気いっぱいに過ごせるよう、おいしい給食をつくっていききたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

『食べるの大好き！！』

離乳食が終わって幼児食に移行した子どもたちにとって、食事の時間は、新しい食材や初めての味との出会いの場です。今年度も園での食事は、出来立ての給食のにおいを嗅いだり、目で楽しんだりと様々な食材に触れ、初めて口にするものにも挑戦したりと、子どもたちにとっては毎日が食体験の時間でした。

幼児組では、クッキング活動を通して自分の手で食べられるものを作り、それを園のみんなに食べてもらうという取り組みをしました。自分で作ったものは格別のおいしさで、クッキングは満足感と達成感でいっぱいの楽しい時間となっていました。これからも子どもたちにとって、食事は“食べなければいけない”または“食べさせられるもの”ではなく、「食べることって楽しい！大好き！」と感じる時間となるよう、子どもたちにたくさんの食体験を提供していききたいと思っております。

桃の節句ひなまつり



3月3日は「桃の節句」です。きれいな雛人形を飾り、白酒やひしもちなどをお供えし、**女の子の無病息災、成長を願い行われる行事**です。子どもの健やかな成長を祈る行事は、日本に多く残っています。古来から行われている行事は、大切に語り継いでいきたいものです。

○ひなあられの歴史

野外で神様を祭るときの、保存食として作られたのが始まりと言われています。春夏秋冬を表す「桃色・緑・黄・白の4色」が元々の色だったようです。この3色のひなあられを食べることで自然のエネルギーを得て、元気で丈夫に育つとされているそうです。

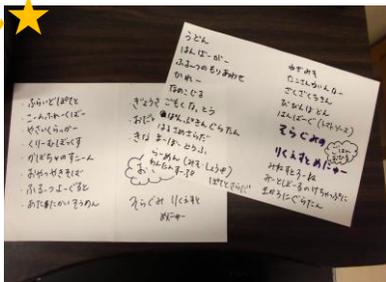
○ひしもちのいわれ

魔除け、子孫繁栄、健康祈願などの意味があります。ひしもちの3色にはそれぞれ桃の花の赤、雪の白、新しい芽の緑という春を表す意味があります。



★リクエストメニューが盛りだくさん★

3月の献立は、そら組さんのリクエストメニューが入っています。こぼうしこども園の給食を食べることが出来るのも残り1ヶ月になりました。最後の1ヶ月はそら組さんが好きな給食のメニューやおやつがたくさん出ます。思い出に残るような、楽しい園給食の時間にしてほしいと思います。



♡♡こぼうしこども園人気メニュー♡♡



＜材料＞ 8個分

- ・強力粉 50g
- ・小麦粉 150g
- ・ドライイースト 5g
- ・ベーキングパウダー 5g
- ・砂糖 30g
- ・油 6g
- ・塩少々
- ・豚ひき肉 150g
- ・玉ねぎ 100g
- ・たけのこ水煮 お好みで。
- ・鶏がらだし 5g～
- ・オイスターソース 10g
- ・砂糖 5g

○手作り肉まん

＜作り方＞

- ・ぬるま湯 80cc
 - ・ごま油 5g
 - ・片栗粉 5g
- ① 強力粉、小麦粉、ドライイースト、ベーキングパウダー、砂糖、油、塩をボウルに入れて軽く混ぜ、ぬるま湯を少しずつ入れて、表面がつるつるになるまで捏ねる。捏ねたらラップをして常温で15分くらい置いて発酵させる。
 - ② 玉ねぎ、たけのこの水煮をみじん切りにし、豚挽き肉、調味料を混ぜる。
 - ③ 生地が発酵したら、8等分にして丸く伸ばして、スプーンで具をのせ包む。
 - ④ 包んだ肉まんはクッキングシートにのせ、約20分蒸す。火が通れば完成☆