

いただきます 3月

2020. 3. 1発行 栄養士：上田 沙耶香



寒さもようやくやわらぎ、春の足音が少しずつ聞こえてくる季節となりました。

3月は卒園式・卒園を祝う会があります。振り返ると毎日の給食を見ていて、きれいな空っぽのお皿が返ってくる度に嬉しく、この一年間たくさんの行事を通して子どもたちの成長を感じることができました。残り少ない日々を大切に、子どもたちの思い出に残るような食事づくりを心がけていきたいと思えます。今月は、卒園お祝いメニューも取り入れていますので楽しみにしててくださいね♪

3月17日(火)はお別れ遠足、30日(月)・31日(火)は年度末保育、4月1日(水)は年度初め保育となりますので、愛情弁当と水筒の準備をお願いします。

ふじヶ丘保育園

TEL : 099-244-1590

FAX: 099-244-1517

子育てセンターはらっぱ

TEL : 099-244-1365

メールアドレス

harappa@joy.ocn.ne.jp

ホームページアドレス

http://www.fujiho.jp/

※食事のことでご意見・ご相談がありましたら、お気軽に上記までご連絡ください。



♪ にんじんポタージュ ♪



(材料 4人分)

にんじん	1本
たまねぎ	1/2個
お米	大きじ1
牛乳	150 ~ 200 cc
バター	20g
コンソメ	10g

<作り方>

- ① にんじん、たまねぎは薄くスライスする。
- ② 鍋にバターを熱し、弱火でたまねぎをよく炒める。
- ③ にんじん、お米、浸るくらいの水を加えてから、柔らかくなるまで煮る。
- ④ ③の粗熱をとり、ミキサーにかけ攪拌させる。
- ⑤ 鍋に戻し、牛乳でのばしながら温め、コンソメ、塩で味を整える。



♪ひなまつりクッキング♪

3月3日(火) 10:00~



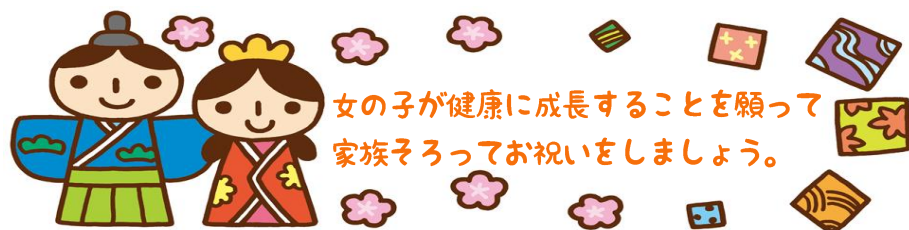
三角巾、エプロン、マスクの準備と爪のチェックをお願いします。
今年度最後のクッキング!!みんなで楽しみましょう♪



~はまぐりのお吸い物~

はまぐりの貝殻は、貝合わせという遊びにも使われるように、一対になっている相手以外とは、ぴったりと合いません。このことから、一人の人と生涯連れ添うようにと願いが込められています。

3月3日にひなまつりの行事食として給食に取り入れています。子どもたちと一緒に行事食を味わいたと思います!



女の子が健康に成長することを願って
家族そろってお祝いをしましょう。



にんじんだけでなく、かぼちゃやさつまいも、じゃがいもでも作れますよ♪季節に合わせていろいろな野菜で作ってみてくださいね♪



今年度も、毎日給食を楽しみにする子どもたちの笑顔をたくさん見ることができました♪給食を通して、「苦手なものも食べられるようになった」、「たくさん食べるようになった」、「食に興味を持ち始めた」など子どもたちの成長をみることで嬉しく思います。来年度も子どもたちに「給食おいしい!」と言ってもらえるように給食づくりに励んでいきたいと思えます。

