



# 3月の食育だより



令和6年2月27日  
認定こども園あゆのさと  
栄養士 勝又 竹内

少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりました。今年度も残りわずかです。「〇〇がおいしかったよ!」「おいしい給食ありがとう」などの言葉がとても励みになりました。

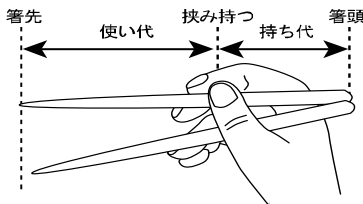
食を通して、子ども達の成長を保護者の方と共に見守ることができたこと、心より感謝申し上げます。

## この1年の食生活をふりかえってみましょう!



- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができるようになりましたか?
- 嫌いだった食べ物が、ひとつでも多く食べられるようになりましたか?
- はし(スプーン)は正しく持てるようになりましたか?
- 食事の前の手洗いはせっけんを使っていないにできていますか?
- 朝ごはんを食べてから登園できましたか?
- 家族で食卓を囲んで楽しく食べていますか?

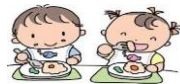
(子どもの発達年齢に応じてチェックしてみてください)



## 食生活でまだできていないところを確認して、新年度に向けて準備をしておきましょう!

### こども園での給食の様子を紹介します

#### ひまわり1組



給食当番を楽しみにしています。「給食当番さんが配ってくれた!」ということが残食が少なくなったことに繋がっているように感じます。寒さに負けず体を動かしているのが給食の時間が大好きです!

スパゲティーミートソース、ラーメン、ヒレカツ、中華春雨サラダが特に人気でした!

#### ひまわり2組

2月からマラソンが始まり、体を動かす機会が増えたので食べる量も増えました。また、給食当番は「前の席で食べる」という特別感を設けたことでさらに給食を楽しみにしています。給食当番は「先生」と呼ばれて嬉しそうです。

ラーメン、カレーライス、からあげが特に人気でした!

### 食育絵本の紹介

ぜんべいじいさんのいちご

作: 松岡 節

絵: 末崎 茂樹

出版社: チャイルド

おじいさんの畑のいちごが赤く、食べ頃になる度に動物に分けてあげる優しいお話です。



給食の果物でもいちごを食べます。作っている人に感謝して食べたいですね。

3月8日はひまわり組の希望献立です!

お楽しみに♡

8日に入れられなかったスパゲティーミートソース・ラーメン・わかめごはん・ケーキなどの希望献立は3月の献立の中に入れてあります!