



3月 食育だよ!

令和4年2月28日
しんあい保育園

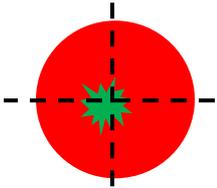


3月4日はお弁当です♪

…お弁当を作るときのお願い…



1. 球体の物は4等分に切りましょう



球体のものは4等分に切ってから入れましょう

プチトマト、うずらの卵、いちご、さくらんぼ
ぶどうやマスカットなど

衛生面にも
気をつけましょう!

2. ピックやつまようじなどは危険です。入れないでください。



3. お子さんの咀嚼力に合わせた、柔らかさと大きさでお願いします。

また、出来立ては柔らかくても、冷めるとかたくなってしまうものもあります。
キャラ弁は固くなりすぎたり、食べづらかったりします。

「食べやすさ重視」で作っていただけると助かります。

ほくたち、
食べづらいの…



4. 子どもには食べにくくて危険なもの

- かまぼこ
- おにぎりの海苔(つけるならきざみのりを)
- りんご・柿
- ウインナー(縦に切りましょう)



職員が気を付けて見っていますが、
全員のお弁当を把握するのは難しいため、
ご協力よろしくをお願いします。



ひなあれ豆知識

3月3日はひなまつりですね!

ひなまつりに食べるひなあれには、ピンク、白、緑の色があって、この色にはそれぞれ意味があります。(諸説あり)

- ピンク…生命
- 白…雪の大地
- 緑…木々の芽吹き

この3色のひなあれを食べることで、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。4色のひなあれは、四季を表しているという説もあります。色も楽しみながら食べてみるのもいいですね♪

今年度もご協力ありがとうございました♪
今年度もみんながおいしそうに給食を食べる

笑顔が見られて良かったです! みんなありがとう♡
苦手なものや食べ慣れない味にチャレンジしたり、スプーンやお箸の持ち方を頑張ったり、
食事のマナーを守ったり、季節の食べ物や日本の行事食など、
食事の中で成長できたこともたくさんあったと思います。

これからも、よく食べて、元気な身体を作りましょう♡
早寝・早起き・朝ごはんも忘れずに!

