3月給食だより

令和７年　３月
東戸塚らびっと保育園

３月は、卒園式があります。小さい頃から園の食事を食べてきたそら組さん。
苦手な物がなかなか食べられなかった子も、食べられるようになって成長を感じます。
卒園まであと少し。大切に過ごしていこうと思います。

お楽しみ会献立

21 日にお楽しみ会があります。
給食では、子どもたちに人気メニューでお楽しみ献立を提供する予定です。

☆お昼メのニュー

＊ピラフ
＊鶏の唐揚げ　＊シルバーサラダ
＊ベイクドポテト ＊かぼちゃのポタージュ

☆おやつ

＊牛乳
＊クレープ

そら組さんはバイキング形式で配膳する予定です。
お楽しみに☆

高野豆腐のコンソメチップス

子ども１人分
・高野豆腐　10g
・コンソメ　4g
・お湯　適量

作り方
・鍋にお湯を沸かし、コンソメを入れコンソメスープを作る。
・高野豆腐をコンソメスープでしっかり戻す。（水で戻す必要はありません）
・お皿に並べて電子レンジで600W3～5 分加熱する。
＊お好みでケチャップをつけても美味しいです。

高野豆腐は他の大豆製品と比べてもタンパク質やカルシウムなど成長に必要な栄養が多く含まれています。
そのため、不足しがちな栄養素を補うことができます。
乾物なので長期保存もできて栄養豊富な高野豆腐、是非ご家庭でも献立に取り入れてみてはいかがでしょうか。

２月の食育活動の様子

にじ組、そら組が鬼そぼろ丼の盛り付けをする食育をしました。
鬼の顔を型どったご飯の上にチーズでできた角や目や人参でできたほっぺたをつけて、鬼の顔を作りました。みんなおもいおもいに並べて個性的な鬼ができていました。
できた鬼そぼろ丼を美味しそうに食べていました。

ゆめ組では、ほうれん草、しめじ、人参に触れてもらい、種類によって異なる匂いや感触を感じてもらいました。最初は、何だろう？と様子を伺っていましたが、保育者が、匂いをかいだり、野菜をちぎって見せると同じように真似をしていました。指先を上手に使ってちぎることができていました。