

3月の給食だより

平成27年3月 ながさわ保育園

栄養士 山中 作紀

ライオンさんにとってはながさわ保育園で過ごす最後の月になりました。みんな4月と比べ食べる量が増え、体も大きくなりましたね！



給食目標：みんなで楽しく食べよう！

子どもたちは給食の時間が大好きです。しっかりと給食を味わい楽しい時間にしてほしいと思います。

子どもたちの様子～1年を振り返って～

ひよこ組（0歳児）

椅子に座って食事をし、自分で口に運べるようになりました。食べられる食材も増えました。

りす組（1歳児）

スプーンとフォークで、自分で食べられるようになり、嬉しそうに食事をしています。おかわりもたくさんして、何より食べる量が増えました。

うさぎ組（2歳児）

食器の片付けが出来るようになりました。お茶碗のごはんも綺麗に集められ「おかわりください」と自分で言えるようになりました。

3歳児

お友だちと楽しくお話をしながら食事をしています。しっかり噛んで、なんでもたくさん食べるようになりました。

4歳児

時間を守って食事ができています。友だちとおしゃべりしすぎたり、嫌いなものがあったても給食の時間内に完食してくれるお友だちがほとんどです。

ライオン組（5歳児）

「おいしかったよ」とわざわざ給食室を覗いて気持ちを伝えてくれます。給食の後片付けも積極的にお手伝いをしてくれます。少学校でも元気いっぱい給食を食べてほしいと思います。

好評だった献立 <ほうれん草サラダ>

材料（4人分）

・ほうれん草	100g
・ツナ	40g
・コーン	40g
・にんじん	40g
・マヨネーズ	15g
・フレンチドレッシング	10g
・塩	1g

作り方

- ① ほうれん草を下茹でし、食べやすい大きさに刻む。
- ② 人参は細切りにし、下茹でする。
- ③ 全ての材料を合わせる。
- ④ 塩で味を調えて完成！