

2024年
3月

給食・食育だより



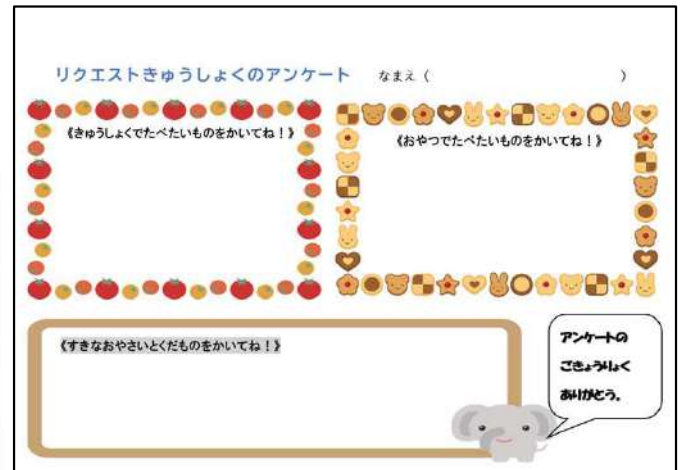
認定こども園ちゃいるどはうすエンジェル 調理

だんだんと暖かい日が増えていく中、今年度も残りわずかとなりました。この度、調理よりおたよりを出させていただき運びとなりました。ぜひ、お子さまと話題にさせていただけたら幸いです。そして、今後も安全で美味しい給食作りを心がけ、給食を通してお子さま方の成長のお手伝いができるよう頑張っていきたいと思っております。

リクエスト給食実施

2月末にぞうさんクラスに答えてもらったアンケートをもとにした卒業記念のリクエスト給食を3月15日に提供しました。

実際に使用したアンケート↓



アンケート結果の紹介

リクエスト給食のアンケート結果を一部ご紹介！

〈給食部門〉

カレーうどん
さかな天ぷら
チャーハン
おきなわそば
からあげ
スパゲティ など

〈おやつ部門〉

パフェ
プリン
バナナチョコケーキ
ちんすこう
桃蒸しケーキ
しらすおにぎり など

〈野菜・果物部門〉

ゴーヤー
なす
みかん
マスカット
マンゴー
レタス など

旬の食材《いちご》

12月後半から2月ごろに店頭に並び始めるいちごですが、本来の旬の時期は3月から4月後半になります。現在のように12月頃から食べられるようになったのは品種改良やハウス栽培の技術向上のおかげです。

いちごには、約11粒で1日分の必要量が摂取できるほどビタミンCが豊富です。さらに、食物繊維も果物の中では多く含まれています。旬の時期に甘く、栄養豊富ないちごをご家庭でも食べてみてはいかがでしょうか。



春分の日

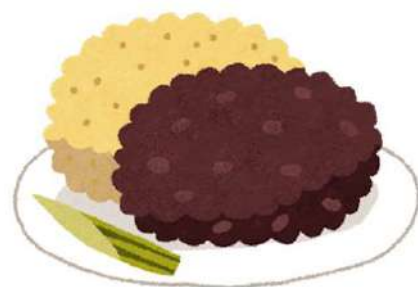
3月20日は春分の日です。

昼の長さや夜の長さが同じになり、夜が長かった冬から春になるという証になります。

季節の分かれ目の日であり、自然をたたえ、生き物をいつくしむ日でもあります。

春のお彼岸に食べる「ぼた餅」は、小豆のこしあんを春に咲く「牡丹」に見立てて「牡丹餅」と言われます。

(一方、秋の秋分の日に食べる「おはぎ」は小豆の粒あんを、秋に咲く萩の花に見立てて「お萩」と言われます。)



今日は何の日?

3月1日 マヨネーズの日

3月1日は日本ではじめてマヨネーズが製造・販売された日です。1925年（大正14年）3月にキューピーから発売。当時のマヨネーズは瓶詰めタイプで、当時からラベルにはキューピーちゃんが描かれていました。

