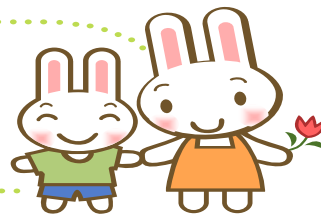




食育だより
ふたばっこ



令和 5年度 3月号
第二双葉幼稚園
給食室

1年間、ありがとうございました。

いよいよ今年度も締めくくりの月となりました。らん組さんは、幼稚園での給食も最後となりますね。幼稚園、おうちでのおいしい食事を楽しく食べて味わい、元気に過ごせましたか？この一年で子どもたちは、心身ともに大きく成長しました。食事のマナーを守り、おいしそうに給食を食べていましたね。子ども達は一年間給食を楽しみにし、保護者の皆様には食育にもご協力頂き誠にありがとうございました。



給食&食生活を振り返ろう

この1年間のまとめとして、給食の時間や日ごろの食生活を振り返ってみましょう。
□の中に「よくできた○、時々できた△、全然できなかった×」を入れてみましょう。

<p>食生活を振り返って</p>	<p>朝ごはんを毎日食べた</p>	<p>おやつは時間と量を決めて食べた</p>
<p>よくかんで食べることができた</p>	<p>脂肪分や塩分のとり過ぎに気がつけた</p> <p>とり過ぎ注意!</p>	<p>行事食や郷土料理に興味を持つことができた</p>
<p>自分に必要な量を考えて食べることができた</p>	<p>感謝の気持ちをもって、なるべく残さず食べることができた</p> <p>感謝</p>	<p>時間内に食べ終わることができた</p>

3月3日 ひな祭り



ひな祭りの起源は、身のけがれや災いを人形に移し、川に流して厄払いをした古代中国の風習からきています。ひな祭りは桃の節句とも呼ばれ、現代ではひな人形や桃の花を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いします。お祝いの食事として、ちらしずしやハマグリ潮汁などをいただき、お菓子では菱餅とひなあられが代表的です。菱餅はひし形をした「桃・白・緑」の3色のもちを重ねたものが定番ですが、地域によって色や形は様々です。

幼稚園では、お別れ会、ひな祭りの行事食として2月28日(水)に、お弁当を作ります。いなりずし、サラダ巻き、とり天、卵焼き、ゴマ和え、スパゲティー・いちごを園で用意したお弁当箱に入れて、みんなで頂きます。



○…10点、△…5点、×…0点
として、採点してみよう!

何点でしたか? できなかった項目は、これから意識して取り組んでみてください。

