

3月 給食だより

令和5年度たかおこども園



まだ寒い日が続いていますが、日差しを感じられる日も増えてきました。早いもので今年度も残りわずかです。この一年間で運動会や発表会練習などの活動を通して体も心も成長したと思います。食事の面でも4月の頃には一口も食べられなかった食材が少しずつ食べられるようになったり、食べられる量も増えてきました。残りの一ヶ月、私たちも最後まで安全でおいしい給食を作っていきたいと思います。



☆そらきたもち☆



～そらきたもちの由来～

昔は家に茹でたさつま芋が常にあったそうです。そのため、急に客が来た（そら客が来た！）時でも茹でたさつま芋を使ってすぐに作れるという事から「そらきたもち」と言われるようになりました。

<材料>

- さつま芋240g (1本)
- 強力粉 大さじ1
- 砂糖 15g
- きな粉 15g
- 塩少々

<作り方>

- ①黄粉、砂糖、塩を混ぜておく。
- ②さつま芋を蒸したあと潰す。
- ③潰したさつま芋の半分に強力粉を入れ混ぜる。
- ④残りのさつま芋を③の生地で包み、10分ほど蒸す。
- ⑤最後に①で作った黄粉をまぶしたら完成。



～1年間の食生活を振り返ってみよう～

朝ごはんを毎日食べた よく噛んで食べた 食事の前に石鹸で手を洗った



箸を正しく持って食べた 苦手な物もチャレンジした



「いただきます」
「ごちそうさま」
をきちんと言えた



3月3日 ひな祭り
女の子の健やかな成長や幸せを祈ってお祝いをする日です。

～ ひな祭りに食べられるもの ～

<ちらし寿司>



縁起の良い食材が沢山入っています。れんごんは見通しがきく、豆は健康でまめに働けるという意味があります。

<ひし餅>



上から桃の花のピンク、雪の白、若草の緑の餅をかさねたもので、早春の景色を表しているともいわれています。

<うしお汁>



昔からはまぐり（2枚貝）は夫婦仲良きの意味があり花嫁道具としても持たせてあったそうです。

園では3月3日にちらし寿司を給食に出す予定です ☆

