

3月の給食だより

認定こども園 ルーテル愛児幼稚園 令和8年2月26日（木）発行

今年度も残りわずかとなりました。1年間、子どもたちの笑顔と「おいしい！」の声に支えられたことに感謝の気持ちでいっぱいです。これからも子どもたちに喜んでもらえる給食を作れるよう、工夫していきたいと思います。

2月24日（火） クッキング 年中



ホットケーキミックスの生地でウインナーとチーズを巻き、給食と一緒に食べました☆幼稚園のブログに子どもたちの写真とレシピを載せておりますので、お家でぜひ一緒に作ってみてください♪

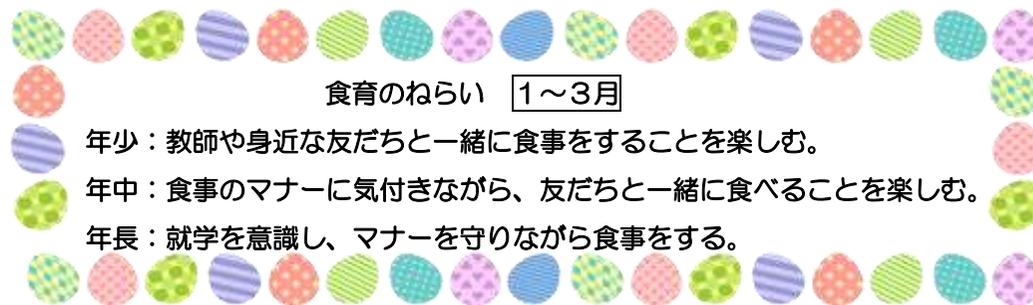


子どもたちが大喜びの大人気メニューです☆



《クリスピーチキン》

鶏もも肉	250g	1. 鶏もも肉を一口大に切る。小麦粉・カレー粉・マヨネーズを合わせたものをつける。
コーンフレーク	50g	
小麦粉	大さじ1	2. コーンフレークを砕き、2の鶏肉につけ、オーブン180℃で8～10分程度焼く。
カレー粉	小さじ1弱	
マヨネーズ	大さじ1	
塩こしょう	少々	



食育のねらい 1～3月

年少：教師や身近な友だちと一緒に食事を楽しむ。

年中：食事のマナーに気付きながら、友だちと一緒に食べることを楽しむ。

年長：就学を意識し、マナーを守りながら食事をする。

～日頃の食事を振り返ってみましょう～

◎食事の前に手を洗っていますか？

…キレイに見える手でも、様々なウイルスや菌がたくさんついています。手を洗い、清潔な手で食事をしましょう。



◎朝ごはんを毎日かかさず食べていますか？

…朝ごはんを食べないとイライラしたり集中力が欠けたり、次の食事でもたくさん食べても満足しにくくなります。朝ごはんを食べる習慣がない人は、おにぎりやパンなど、手軽に食べられるものから食べる習慣がつけられると良いですね。



◎よく噛んで味わって食べていますか？

…よく噛むことは消化を助けるだけでなく、口まわりの筋肉を鍛え、表情が豊かになり言葉をはっきりと話せるようになります。



◎毎日の食事を楽しんでいますか？

…会話を楽しみながら食事をする事で「家族のコミュニケーション」を図ることができます。今日の出来事などを話しながら楽しく食事ができると良いですね♪

