

Calendar table with columns: 日曜 (Day), 献立名 (Menu Name), 材料名 (Ingredients), and おやつ (Snack). Rows include dates from 1st to 31st with corresponding menu items and ingredients.

※ [ ] で囲ってある献立は、年長児さんのリクエストメニューです。 ※以上児…3歳以上児、未満児…3歳未満児

1年間をふりかえってみよう

できているところに [ ] をいれてみましょう!

もうすぐ卒園・進級ですね。4月の頃に比べるとできることもたくさん増え、顔つきもお兄さん・お姉さんらしく頼もしくなりました。そんな成長めざましい1年間の食生活を振り返ってみましょう。

Checklist for 1-year review with 6 items: 1. あさごはんをまいにちたべた, 2. 食べ物に興味をもつことができた, 3. きらいなものもたべた, 4. よくかんでたべた, 5. よいしせいでたべた, 6. おやつはたべすぎなかった

桃の節句 (ひなまつり)

桃の節句には、女の子がいる家でひな人形や桃の花を飾り子どもの幸せを願います。ひな祭りには季節の素材を生かした春らしいごちそうが並びます。

- ひしもち: 下段の緑色は木の芽、中段の白は雪、上段の桃色は生命を表し、雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲いて、生命力あふれる春が訪れた様子を表現しています。
ひなあられ: もともとはひしもちを砕いて作っていたといわれており、桃色、白、緑が基本です。
はまぐりのお吸い物: はまぐりは2枚の貝殻がぴったりと合い、他の貝殻とは決して合わないことから、夫婦円満の象徴とされています。

おひなさまに供える郷土菓子 おこしもん

この地方では、米粉を熱湯で練って型にはめ取り出したものに色粉をつけて彩る「おこしもん」を桃の節句におひなさまに供える風習があります。おひなさまにお供えた後は焼いて砂糖醤油などを付けていただきます。地元のおひなさまには欠かせない行事食のひとつです。

こどもクッキング

※ 状況によっては変更・中止をすることがあります。

Table for children's cooking activities: 3日 手巻き寿司, 6日 ゆかりおにぎり, 10日 手作りウィンナードッグ, 11日 メーブルマフィンアラモード, 18日 ぼたもち

今月の食育メニュー うの花煮・春野菜のみそ汁
春に咲く白い花・卵の花に似ていることから、豆乳のしぼりかすである「おから」を「うの花」と言うようになったと言われています。みそ汁には春キャベツ、さやえんどう、わかめと春が旬の食べ物が勢ぞろい。食べ物からもみんなで春を感じたいと思います。

おねがい 家庭保育期間中は ご家庭でのカルシウム補給をお願いします
家庭保育推進期間中はアレルギー事故防止の観点から、おやつ飲み物を牛乳ではなくお茶にしており、給食で摂取できるカルシウムの量がいつもより少なくなっています。また、6割以上の小中学生で、給食のない日のカルシウム摂取量が足りていなかったというデータもあります。家庭保育推進期間中は、ぜひ、牛乳・乳製品、小魚、青菜などカルシウムの多い食品をご家庭で摂っていただきますようお願いいたします。

※都合により献立を変更することがあります。