



3月給食だより

給食室



晴れた日に感じる日差しが春の季節となりました。あちらこちらで梅の花が咲いています。3月19日はいよいよ卒園式ですね。インフルエンザや新型コロナウイルスに気を付けて、睡眠時間をしっかりと確保したくさん食べ免疫力を高め、体調管理に気を付けましょう。



3月3日はおひな祭り



桃の節句とも呼ばれ、ひな人形を飾って女の子が健やかに成長できることを願います。また、春を迎えられたことを喜び、これからも元気に過ごせるように願う行事です。

緑は健康、白は清浄、赤は魔除けとなっていて縁起が良くまた、見た目も華やかですね。

3月7日はお別れ会食

クローバー組さんの卒園祝いにいわかれ会食を行いました。思い出に残るようにクローバー組さんと相談して1番人気のメニューを取り入れました。給食はしょうゆラーメン、鶏の唐揚げ、ブロッコリーサラダ、バニラアイス、3時のおやつはココアクッキーに決めました。

小学校へ入学してもみんなで楽しんでお給食の時間を過ごしてもらいたいと願っています。

今月のレシピ

今月のレシピはひな祭りの献立に取り入れた「菜の花のごま和え」です。ほうれん草も入れると子供でも食べやすくなるのでご家庭でもぜひ作ってみてくださいね！

【材料】4人分

- ・なばな 1束
- ・ほうれん草 1束
- ・砂糖 小さじ1
- ・醤油 大さじ1
- ・白すりごま 大さじ1

【作り方】

- ① なばなとほうれん草をさっとゆで、一口サイズに切る。
- ② 砂糖、醤油を加え混ぜ合わせる。
- ③ 白すりごまを和える。



おひな祭り

3月3日はおひな祭り給食でした。給食ではお花畑ごはん、金目鯛の塩麴焼き、菜の花の胡麻和え、手まり麩のすまし汁、いちごを提供しました。お花畑は人参とさやえんどうで表現しました。3時のおやつはひなあられを提供しました。

