

給食だより

令和6年 3月 花山認定こども園



今月は、いちよう組の子ども達が卒園を迎えます。残り少ない園生活を元気いっぱい楽しく過ごして欲しいと願っています。

今月の献立のテーマ

食事を楽しく食べましょう

～共食のいいところ～

共食とは、「生活や社会活動を一緒にしている誰かと食事を共にすること」です。一緒に食事を作ることや会話をすることも含まれます。



共食は食事のマナー、栄養のバランスを考えて食べること、食べ物や食文化を大切にする気持ちなどを子どもに伝える良い機会にもなります。

1年間を振り返って

食べることは、生きることの基本であるとともに、子どもの健やかな心と体の発達には欠かせないものです。



また、乳幼児期から豊かな食体験を積み重ねることにより、生涯にわたって健康で生きと生活できる力が育まれます。



この一年で、新型コロナウイルスの感染防止対策が少しずつ緩和され、みんなで楽しく食事ができるようになってきました。

お友達や先生と顔を見合わせながら食事をする
ことで、苦手なものを食べてみよう、と食べる
意欲がわいてきたり、お友達を励ます姿があっ
たり、一緒に食べる楽しい
食事の大切さを、改めて実感
した年になりました。



保育園では食事前の手洗いや
「いただきます」「ごちそうさま」
のあいさつなど基本的な生活習慣を
身に付けること、給食に旬の食材や地元の食材



を取り入れ、子どもたちが食べ物
に興味・関心をもち、おいしく、
楽しく、しっかり食べることがで
きるように努めてきました。



この1年間のお子さんのご家庭での様子や成
長は、いかがでしたでしょうか。

園では、食べられる量が増えたり、苦手なも
のを食べてみようとして頑張る姿が見られたりと、
どの子も一年間で立派に成長したと感じていま
す。

子どもたちの健やかな成長を願い、今後もご家
庭との連携を図りつつ食育の推進に取り組んで
いきたいと思えます。



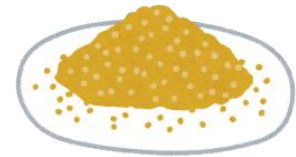
🍴🍴 今月のレシピ 🍴🍴

《鶏肉の松風焼き》

幼児5人分

《材料》

- 鶏ひき肉 160g
- たまねぎ 1/4個
- 油 適量
- 味噌 小さじ1と1/2
- みりん 小さじ1
- 酒 小さじ
- 砂糖 小さじ1/2
- パン粉 大さじ1
- ごま 小さじ1
- 油 適量



《作り方》

- ① 玉ねぎはみじん切りにして油で炒め、粗熱を取っておく。
- ② ①と油以外の材料を全て混ぜ合わせて成形し、表面に油を塗ってオーブンで焼く。
(フライパンで焼いてもOKです)

ごまのプチプチした食感が楽しめるレシピです♪