

3月

食育だより

令和8年3月

くまの子倶楽部三室保育園本館

3月の食育活動・行事食予定

- 3/5(木)こあら組おやつクッキング「パフェ作り」※こあら組食育セット
- 3/6(金)乳児食育「フルーツパーティー」
- 3/13(金)こあら組クッキング「ハンバーガー屋さん」※こあら組食育セット
- 3/16(月)幼児食育「カレーライスを作ろう」※食育セット
- 3/19(木)こあら組特別食育「魚の解体ショー」

3/3(火)ひなまつりメニュー

3/18(木)春分の日メニュー

3月はこあら組さんのリクエストメニューがたくさん入っています。

しょうゆラーメン、ステーキ、餃子など・・・ボリュームミーなメニューが人気でした！！

※食育セットの記載がある日は、ご用意をお願いいたします。
エプロン・三角巾のサイズ調整にご協力いただきましてありがとうございます。
また、食育活動の日は髪の長いお子様は結び、爪が伸びていないかのチェックにもご協力をお願いいたします。

今年度も一年間、食事や食育活動を通して様々な事を感じたり、楽しむことができました。「おいしかった」だけでなく、自分で作ってみたい！こんな料理も食べてみたい！おうちでも食べたいから作り方を教えて！などたくさんの「こうしたい！」を伝えてくれました。

年度途中からは有機栽培のお米「ほたる米」を納品してくれる農家さんとの出会いもあり、自分たちの食に関わってくれる人がたくさんいると気づくこともできました。どんな風に食べたら農家さんや作ってくれた人が嬉しいか、ということ子どもたち一人一人が考え、感謝の気持ちをもって食事をする姿もありました。

食育セットの準備など、ご協力いただきましてありがとうございました。



2月の幼児食育 冬野菜ってなに？切り干し大根を作ろう



冬野菜についての絵本を読んで野菜の種類を知ったあと、冬野菜の葉っぱクイズをしました。グループごとに葉っぱの写真を渡し、どの野菜なのかを考えてもらいます。ヒントを元にみんなで意見を出し合って答えを導き出している姿はとても真剣！

最後に、どうやって切り干し大根を作るのかを見て、園庭に干しました。5日間干すとカラカラに乾き、切り干し大根作り大成功！！煮物にしておいしくいただきました。

節分



立春



2月の行事食



バレンタイン

