



# 食事だより

令和 6 年 3 月  
南陽幼稚園



早いもので、今年度も残すところ 1 か月となりました。日差しが暖かい日が多くなりましたね。子ども達は、心身ともに 1 年前に比べると大きく成長しました。また、3 月は、ゆり組さん最後の園生活です。今月はゆり組さんの好きな献立で構成しました。最後の食事時間、ニコニコ笑顔で過ごしてくれるようにと思います。



## 「食育」は「子育て」そのものです

- 「おいしいね」は、味覚の発達と豊かな心が育めます。
- 「今日のご飯は、何かな?」「楽しみだな〜♪」は、好奇心、やる気がわきます。
- 「なんでもいっぱい食べよう」、食の大切さと、最後までやり通す楽しみ・達成感に繋がります。
- 家族と一緒に食事は、「うれしいな」「楽しいな」と人とのふれあいの大切さを知ります。



日々の生活で忙しいですが、子ども達にとって家族との食事は楽しみの一つだと思います。また、家族とのふれあいで情緒安定にもつながります。



## どうしてひな人形を飾るの?

ひな人形は、子どもたちの変わりに病気や事故から守ってくれるとされています。元気で幸せになるようにお祝いや気持ちや願いを込めて飾りましょう。昔は、紙で、ひな人形を作り、病気やけがを持って行ってもらうように川に流していたそうです。



ある日の献立  
旬のぶいを使って

### ぶいの南蛮漬け 材料(3人分)

ぶり 3 切れ  
酒、塩少々  
かたくり粉適量  
揚げ油 (170℃)  
たまねぎ  
人参、ピーマン  
酢 大さじ 1  
醤油 大さじ 1  
砂糖 大さじ 2  
塩 小さじ 1  
水 大さじ 2



お肉メニューと同じ  
くらいお魚メニュ  
ーも人気!!

① ぶりに酒、塩をふり、5 分ほど寝かせます。ペーパーで水気を取り、かたくり粉をまぶして揚げます。

お好みの量で



② 調味料を混ぜて、火にかけます。スライスした野菜を軽く煮ます。揚げたぶりにかければ完成です。

おかわり😊



お魚大好き

おいしい!!

給食室のお隣のほら組さんに様子を見に行きましたー♡

