

給食だより（ひよこ組） H30. 3月号

大きい部屋で大きい子達と一緒に給食を食べるようになると、おかわりや、食べ終わった食器を下げる事が、自然と自分でできるようになります。こぼさないように、バランスをとって運んだり、食べ終わると、形の同じ食器のところへ、片づけられたり、口の広い食器を下に重ねて運ぶのを覚えたり、日々、成長している姿を愛おしく感じますね。

＜お手伝いのススメ＞ ～～自立心が育ち、食べることが好きに！～～

お手伝いタイムは、親子のコミュニケーションの時間でもあります。調理・盛り付け・配膳・片づけなど楽しくお手伝いができれば、子どもは食卓を囲むことが好きになります。また、いろいろな食材や食器に触れることで、食への興味が深まり、自然と好き嫌いが減っていくこともあります。楽しいお手伝いの経験は、「次は何をしよう」と広がっていき、徐々に自立心も育まれていきます。楽しみながら始められるといいですね。

3月の献立（3時のおやつには、牛乳がつきます）

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
01	木	豆腐煮	スペインオムレツ, ジュリエンヌサラダ, オニオンスープ		バナナ, リンゴジュース
02	金	ヨーグルト	花ずし, 菜花のお浸し, すまし汁, 果物		ひな祭りケーキ
03	土		そうめん汁, 果物		
05	月	ビスケット	白身魚の黄金焼, 磯和え, 豆腐の味噌汁		ミニホットドック
06	火	果物	チキンカレー, コールスローサラダ		フライビンズ
07	水	チーズ	揚げ餃子・中華スープ		こねつけ
08	木	ヨーグルト	カレーピラフ, エビフライ, 即席漬け, 海の幸スープ		マドレーヌ
09	金	マッシュポテト	チリコンカーン, ツナサラダ, 果物		ビスケット
10	土		うどん汁, ヨーグルト		
12	月	ポテト煮	豆腐のカレー煮, ひじきの華風和え, 果物		チーズ入り蒸しパン
13	火	ふわふわせんべい	シュウマイ, 春雨サラダ, コーンスープ		
14	水	ヨーグルト和え	豆腐コロケ, サラダ, みそ汁		ジャムサンド
15	木	豆腐煮	鶏ささみレモン和え, 竹輪サラダ, 麩の味噌汁		バナナソフトクッキー
16	金	かぼちゃ煮	肉団子のもち米蒸し, ごま酢和え, 凍り豆腐の味噌汁		ヨーグルト, せんべい
17	土		ワンタンスープ, 果物		
19	月	味噌の薄焼き	挽き肉とポテトのカレートマト煮, みそ味サラダ, 果物		もちもちチーズパン
20	火	マッシュポテト	鶏のから揚げ, 野菜スープ		ピザトースト
21	水		～～春分の日（休園）～～		
22	木	チーズ	チキンカツ, 浅漬け, なめこ汁		ブルーベリータルト
23	金	かぼちゃ煮	ドライカレー, 野菜和え, 果物		みかんジュース, 赤飯
24	土		きつねうどん, ヨーグルト		
26	月	豆腐煮	親子煮, じゃが芋の味噌汁, 果物		チーズスティック
27	火	ポテト煮	クリームシチュー, ジャコふりかけ		かいじゅう揚げ
28	水	バナナ入り薄焼き	五日御飯, ポテトサラダ, みそ汁		せんべい
29	木	ビスケット	豚肉のスタミナ焼き, きゃべつの味噌汁, 果物		わかめおにぎり
30	金	マッシュポテト	切り干し大根の煮物, 青菜ともやしのお浸し, 果物		ビスケット
31	土		そうめん汁, 果物		