

食育だより 3月号

鴨島中央認定こども園 給食室

3月食育目標 成長を喜び、楽しく食べよう

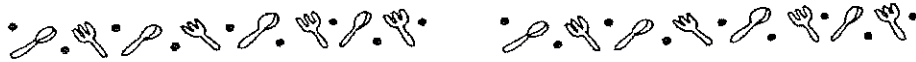
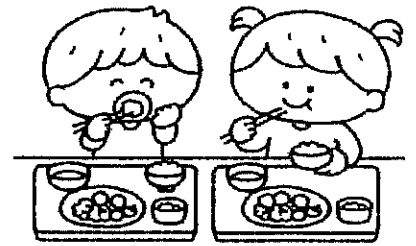
一年間を振り返って 

柔らかな日差しと共に桜のつぼみが膨らみ始め、暖かい日も多くなりました。心身ともに一年で大きく成長した子どもたち。明るいうれしい季節です。毎日の給食をみんなで楽しく食べることや、野菜の栽培・収穫やクッキング活動などを通して子どもたちは少しずつ食べ物に関心を持ち、食べる意欲も育ちました「食べる意欲を持ち、楽しく食べる子どもに」を食育目標に掲げ毎日の給食を丁寧に作り、子どもたちの育ちに寄り添った食育活動に取り組みました。これからも子どもたちの成長に寄り添いながら、安心・安全を第一とした給食づくりを心がけます。一年間ご協力いただき、ありがとうございました。



リクエスト給食!

卒園する子どもたちにとっては、こども園で食べる給食もあと少しです。今月は子どもたちのリクエストメニューをたくさん取り入れました。子どもたちが楽しく美味しく食べることができるよう心を込めて作りしたいと思います。お楽しみに!



「いただきます」「ごちそうさま」

「いただきます」という言葉は、料理を作ってくれた人、食材を販売している人、流通にかかわる生産者への感謝と、食材そのものの命をいただくことへの感謝の気持ちを表す言葉です。

「ごちそうさま」という言葉に含まれる「馳走（ちそう）」という言葉には、馬を駆って走らせるという意味があります。食事を用意するために走り回り、もてなしたことに対するお礼の言葉が「ごちそうさま」なのです。

たくさんの方がかわり、食卓に食事が並んでいるということに感謝の気持ちを表すために「いただきます」「ごちそうさまの」あいさつを心をこめてくださいね。



3月旬食材・・・菜の花・三つ葉・ふき・せり・春キャベツ・たけのこ・絹さや・わかめ・いちご