

3月 給食だより

令和4年 3月

伊万里保育園

今年度も最後の月となりました。4月に比べて子どもたちには、たくましさ頼もしさが備わってきたように感じます。この1年間でずいぶん大きくなり、それぞれに食事量も驚くほど増えて、子供たちの『今日の給食、おいしかった〜!』の一言は、私たちの毎日の励みになります(^^♪

4月からまた一つお兄さん、お姉さんになるためにこの1年間の食生活を振り返ってみてください。

☆当てはまるものに○をつけてみましょう。

①食事の前は手洗いをキチンとした。



②1日3食きちんと食べた。



③間食は時間を決め食べ過ぎなかった。



④食べ物の栄養を考えながら食べた。



⑤よく噛んで食べた。



⑥食事の準備や後片付けをした。



⑦食べる事に感謝して食べた。



⑧食事のマナーを守って食べた。



⑨嫌いなものもがんばって食べた。



⑩家族や友達と楽しく食事をした。



◎振り返ってみてどうでしたか？

- が8~10個・・・すばらしい!!
- が5~7個・・・よくできました。
- が0~4個・・・1つでも○が増えるように頑張りましょう!

《今月の予定》

- ☆9日 誕生日会 以上児のご飯はいりません。(お箸を持たせてください。)
- ☆19日 卒園式 ジュースとお菓子があります。
- ☆23日 お別れ会 以上児のご飯はいりません。(お箸を持たせてください。)
- ☆30日 修了式&閉園式

ひな祭りの行事食

ひな祭りには、昔からちらし寿司やはまぐりのお吸い物を食べる習わしがあります。ちらし寿司のえびには「長生き」、れんこんは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という、縁起かつぎがあります。はまぐりは2枚の貝がらがぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。女の子の幸せを願った行事食です。



