

令和4年3月 栄養士

ひまわり保育園
給食だより

3月

日差しが暖かく感じられる季節です。今年度も最後の月となりました。子どもたちは1年間様々な行事や活動を通して体も心も大きくなり、たくさんの思い出もできたと思います。

子どもたちの「給食美味しかった～」の一言は私たちの励みになっています。年長組さんにとっては保育園での給食は残りわずかになってきました。卒園しても、『保育園の給食美味しかったな』と思い出してもらえると嬉しいです。

2月14日は バレンタインデー



昼食にはハート型のチキンライスに、ハート型のチーズをトッピング。ハート型のコロッケと具沢山スープで大満足の献立に。おやつには、ココアパバロアを手作りのハートのクッキーといちごで可愛くデコレーションしました！

今月の二十四節気

【啓蟄】 けいちつ：3月5日

大地が温まって、冬ごもりから目覚めた虫が、穴をひらいて顔を出す頃。「啓」はひらく、「蟄」は土の中にとじこもっていた虫（蛙や蛇）という意味です。

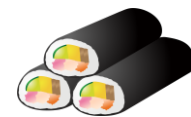
ひと雨ごとに暖かくなり、日差しも春めいて、生き物が再び活動し始めます。

【春分】 しゅんぶん：3月21日

昼夜の長さがほぼ同じになる日で、この日を境に陽が延びていきます。春分の日は彼岸の中日で前後3日間を春彼岸といい、先祖のお墓参りをする習慣があります。「自然をたたえ、生物をいつくしむ」として国民の祝日になっています。



2月3日は節分でした。



2月3日は節分メニュー！ドライカレーを鬼に見立て、可愛くデコレーションしました。鬼の角はとんがりコーンです。大豆を使ったサラダはボリューム満点でした。おやつには、恵方巻をイメージしたクリームサンドを提供しました。中にはいちごジャムを挟み、色味にもこだわりました。



ひなまつり

3月3日はひなまつりです。「桃の節句」と呼ばれ、ひな人形を飾り女の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。園でも行事にちなんだ献立を用意しています。

ひなまつりにまつわる食べ物

- ・ひしもち・・・ひしもちの3色にはそれぞれの花の赤・雪の白・新しい芽の緑という春をあらわしており、健やかな子に育って欲しいといわれています。
- ・ひなあられ・・・桃・緑・黄色・白の4色それぞれ四季をあらわしているといわれ、1年の四季を通じて健康でいられますようにとの願いが込められています。
- ・甘酒・・・もともと、桃が百歳を表す「百歳（ももとせ）」に通じることから、桃の花を酒にひたし「桃花酒（とうかしゅ）」を飲む風習がありました。
- ・はまぐり・・・はまぐりなどの二枚貝は、対の貝殻しか絶対に合わないことから貞操を象徴し、何事にも相性の良い結婚相手と結ばれて、仲睦まじく過ごせるといわれています。

