

給食だより



2024年3月1日

朝霞ゆいかご保育園

よつばゆいかご保育園 給食室

1年間で、こどもたちは大きく成長しましたね！給食を食べる量も、とっても増えました。今月のおたのしみ給食も、腕によりをかけて作りたいと思います。きりんぐみさんは、まもなく小学生になりますね！最後の1ヶ月も給食を楽しく食べて、元気にはばたいてほしいと思います。

3月の食育の予定

- ☆14日(木) バイキング給食
(きりんぐみお別れ会)
- ☆3点持ちの練習(こあら)
- ☆おはしの練習(ぱんだ)
- ☆玉ねぎの皮むき
(こりす・こじか)

日時未定

3月の行事食

- ☆1日(金) ちらし寿司
- ☆4日(月) ひなあられ(おやつ)
- ☆14日(木) バイキング給食

ちらし寿司のレシピ

寿司酢を炊き込んで作る、時短メニューです

【材料(大人4人分)】

- ・米 3合
- ・昆布 1枚(5cmくらい)
- ・酢 90ml
- ・塩 小さじ1
- ・砂糖 大さじ1・1/2
- ・白ごま 大さじ1
- ・鮭フレーク 1瓶(市販品)
- ・絹さや 10枚くらい
- ・冷凍コーン 60g
- ・刻みのり 少々



【作り方】

- ① 米をといで30分吸水させる。
- ② ①に昆布・酢・塩を加えて、炊飯器で炊く。
- ③ 砂糖・白ごまを混ぜておく。
- ④ 冷凍コーンをゆでて冷ましておく(電子レンジでもOK)。
- ⑤ 絹さやをサッとゆでて、食べやすく斜めに切る(電子レンジでもOK)。
- ⑥ 炊きあがった②の酢飯に③を混ぜ、扇ぎながら冷ます。
- ⑦ ④、⑤、鮭フレークを混ぜ込む。
- ⑧ お皿に盛りつけて、仕上げに刻みのりをちらして完成。

2月の食育の様子

・玉ねぎの皮むき(こりす・こじか)

少し難しそうな様子でしたが、声掛けや手助けをして、あきらめずにむくことができました。

・3点持ちの練習(こあら)

その後の給食でも、正しい持ち方で食べ進める子が多くみられました。

・おはし検定(ぱんだ)

すべりやすい豆をはしでつまむことに挑戦しました。熱心に取り組んでいました。

・おむすび月間(きりん)

回数を追うごとに、三角の形がきれいになっていました。また、ご飯粒もこぼさないようにきれいにできていて、とても成長を感じました。



1年間、ありがとうございました！

