



食事だより

令和7年度3月号
社会福祉法人 童心会

3月になり、少しずつ春の気配が感じられるようになってきましたね。
さくら組の子どもたちは、いよいよ卒園の時期です。おめでとうございます。
保育園で過ごした毎日の中には、きっとたくさんの思い出が詰まっていることと思います。
残りわずかのお食事の時間も、みんなで楽しく過ごしてくれたら嬉しいです。
ほかのクラスの子どもたちも、食べられるものが増えて、元気いっぱいに進級を迎えようとしています。

EC さくら組人気メニュー3選

★ ヤンニョムチキン

隠し味はいちごジャム！
先生にも大人気です♡



★ 三色丼

見た目も鮮やか！
食べやすい味付けになっています♪



★ カレーライス

不動の人気メニューです！
おかわりも止まりません！



レシピを知りたい方は、
保育士または調理室までお声がけください！
Instagramまたは掲示にて紹介させていただきます。

★3/13(金)はさくら組のリクエスト献立です♪

3/10(火) お昼の献立

- ★ハンバーガー
- ★コールスローサラダ
- ★フライドポテト
- ★玉ねぎのコンソメスープ
- ★みかん缶



当日は、ハンバーガー屋さんの食育を行います！
楽しみにしてください♪

❖3/3 はひな祭りです❖

ひな祭りによく食べる桜餅の起源は、江戸時代です。
桜の落ち葉を掃除している時に、この大量の桜の葉を何かに活用できないか考えた末、塩漬けにしてお餅に巻いたことが始まりだと言われています。



★『だし』について



和食の基本でもある「だし」。だしは、料理の味を濃くするものではなく、素材そのものの美味しさを引き立てるために使われるものです。だし本来の「旨味」こそが、子どもの味覚の土台を育ててくれます。
昆布やかつお節、煮干しに含まれるうま味成分(グルタミン酸・イノシン酸)は、塩や砂糖に頼らずとも、「美味しい」と感じさせてくれる力を持っています。幼少期からだしに慣れ親しんでおくことで、濃い味付けを必要以上に好まない、自然な味覚が身に付きやすくなります。

1年間
ありがとうございました



日々のお食事提供では栄養のバランスや味付け、盛り付け、彩り、季節感を大事に、食育活動では子どもたちの食に対する興味関心を上手に引き出せるよう、試行錯誤しながら取り組んできました。その成果もあってか、今年度はどのクラスも残食が本当に少なく、いつも『もっと食べたい！おかわり欲しい！』の声が飛び交っていました。
子どもたちからの言葉が私たち栄養士、調理員の何よりの励みになります。これからも食事を通じて子どもたちの健やかな成長を支えていけるよう努めてまいります。
1年間ご理解ご協力ありがとうございました。

