

食育だより

No. 11

令和7年 3月 1日

認定こども園
東雲幼稚園
TEL 54-8220

給食担当 佐藤 裕美

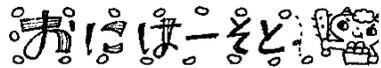
春の兆しを感じる、卒園・進級の季節です。子どもたちが4月から元気にスタートするために、生活リズムや食生活を整えましょう。また早寝・早起き・朝ごはんの大切さも、もう一度見直しましょう！



【給食】
赤鬼焼きそば
節分汁

福を呼ぶ 豆まき

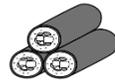
節分は、1年の節目とされ、新しい年を迎える前に厄(鬼)を払う行事をします。「鬼は外、福は内」と叫んで鬼を追い出し、福が出ていかないように戸を閉めて、年の数だけ豆を食べます。「みんなが1年間元気に過ごせますように…」※園では、紙を丸め、豆の代わりにまきました。



【3時おやつ】
牛乳・恵方巻き

節分の恵方巻き

節分にはのり巻きを、神さまがいる方向である恵方を向いて食べる風習があります。切らずに丸ごとかじることは「縁を切らない」という意味があり、黙って食べることは「運を逃がさない」という意味があります。今年の恵方「西南西」を向いて、3時のおやつに『恵方巻き』を食べました。



心の中で自分の願いごとを唱えながら、(松組さんは目をつぶって)声を出さず黙って食べました。



願いごとは何かな？
みんなの願いが叶いますように…。



パティスリー MATSU

2月14日(金)バレンタインデーの3時のおやつは、松組さんが盛り付けをしてくれた「ココアホットケーキ」でした。給食担当者の説明を聞き、見本をしっかりと見てから盛り付け開始！お友だちには「たくさん遊んでくれてありがとう。」先生たちには「色々な事を教えてくれてありがとう。」の気持ちを込めて、取り組む表情はみんな真剣！それぞれのクラスへ配膳に行き、在園児は松組への憧れを抱き、進級への期待もふくらみました。盛り付け中には進んでお友だちと協力する姿も見られ、成長を感じることもできました。※手洗い・消毒をしっかりと行い、エプロン・三角巾・マスク・手袋着用で行いました。



【3時おやつ】
牛乳
ココアホットケーキ



グループにわかれて盛り付け開始！クリームを絞ることに少し苦戦していましたが、手を取り一緒に絞るとコツを覚え、手際よく盛り付けできました。自分の分は自分で盛り付け。ちょっぴり贅沢に🍴



各クラスへ配膳。「松さんが作りました。どうぞ、召し上がれ。」



進級へ向けて～楓組(2歳児)～

進級することは、子どもにとって楽しみでもある反面、保育室や保育者が替わり、環境の変化も大きく、心やからだ不安定になってしまうことがあります。安定した気持ちで新年度を迎えるために、楓組(2歳児)は弁当包みの練習をしました。自分の弁当や箸を使って食べたりしています。



食器(弁当・おかず皿・汁椀)を三角△に並べて置きます。

先生の説明を聞いてからやってみよう！

弁当包みは、指先の使い方も上達します。おうちでも、親子で楽しく練習してみてくださいね。



かけてください。お願いします。



丼物の時には、自分で弁当から丼にご飯を入れ、具をかけてもらいます。

