



給食だより

令和6年 3月
栄養士 照屋恵美

今年度も終わりに近づき、いよいよ最後の月となりました。4月の頃に比べると、少しずついろんなものを食べられるようになったり、苦手なものも頑張って食べたりと、毎日の食事を通して成長した様子を感じることがあったのではないのでしょうか。1年間の食生活を振り返り、出来なかった事は来年度の目標にしましょう！

できるようになったかな？

できていたら
さくらに色を
ぬってみてね！

朝ごはんは
しっかり
食べてくる

正しい姿勢で
ご飯を
食べる

沖縄県産の
おいしい食べ
物を知る

桜は満開かな！

みんなと一緒
に楽しく食事
をする

好き嫌いをし
ないで
食べる

食事の前には
きちんと
手を洗う

できなかった事は
次年度の目標にし
ましょう

いただきます！
ごちそうさま！
食べ物に感謝の
気持ちをもつ

いいウンチが
出るように調
子を整える

食事のお手伝
いができる

★マシュマロおこし（保育園で人気のおやつ）



材料

マシュマロ 60g
コーンフレーク 40g
オートミール 30g
きなこ or ココア 10g
バター 20g

作り方

- ① コーンフレークは砕いておく
- ② 鍋にバターを入れ、溶けたらマシュマロを加える
- ③ マシュマロが溶けたら火を止めて、コーンフレーク、オートミール、きなこを入れて混ぜ合わせる。
- ④ バットにクッキングシートを敷き、③を敷いて平たくする
- ⑤ 粗熱がとれたら、ラップをして冷蔵庫で15分程度冷まして、切り分ける

栄養士から

今月の献立は、子どもたちの大好きなメニューを並べてみました。この一年間で、食べられなかった食材が食べられるようになった子、おかわりをするほど沢山食べるようになった子、それぞれの成長している様子が給食を通して実感でき嬉しく思います。これからも、食べることの大切さ、楽しさを、子ども達や保護者の皆さまに伝えられる食育活動を目指していきたいと思います。一年間ありがとうございました。卒園しても、保育園の給食は美味しかったよね～と懐かしく思い出してくれると嬉しいですね～♪