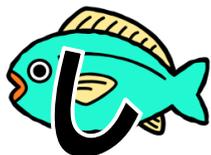


食育便り 3月号

はらぺこキッチン



【天願こども園 食育目標】



しっかり食べる事は元気の基本	よく噛んで味わって食べる	工夫した食事で感性を育てる	いただきます、ごちそうさま、感謝の気持ちで食べる	ぐんぐん大きく育つ天願っ子
----------------	--------------	---------------	--------------------------	---------------

食を通して...

今年度も残すところ1か月となりました。子供たちは、1年で心身ともに大きく成長したように思えます。給食時間の中でも、苦手なものが食べられるようになったり、食べる量が増えたり、お友達と美味しそうに食べる姿など、たくさんの成長が見られます。

「安心・安全で美味しく！」を心がけ、給食の献立を通して食材や、味覚、視覚が育った子供たちの成長のお手伝いが出来たことを嬉しく思います。

ひなまつり



3月3日

ひなまつりは、女の子のすこやかな成長を祈る節句の年中行事です。

ひなまつりの行事にはそれぞれに込められた意味があります。

菱餅、ひなあられ

3つの色に願いが込められています。桃色は「魔除け」、白は「清浄」、緑は「健康」



白酒(甘酒)

魔よけの意味がある。



ハマグリ(ハマグリ)の潮汁

ハマグリは二枚貝で対の貝殻しか組み合わないことから将来夫婦円満に暮らせるようにという意味がある。



ちらし寿司

具の海老は腰が曲がっていて「長寿」の象徴。穴が開いていて「先の見通しがきく」レンコン「まめに(勤勉)働きまめに(丈夫で元気に)」さや豆、「財宝が貯まるように」錦糸卵など縁起の良い具材をたくさん入れる。

1年間の行事食

