# 3月の給食だより

令和３年３月１日
津屋崎保育園

冬の寒さも少しずつ和らぎ、春の暖かい季節になってきました。

5歳児は今月で卒園を迎えます。残りの保育園での生活を楽しみ、たくさんの思い出を作ってもらいたいなと思っています。

3 月に入ると、たくさんの春野菜が出回ります。給食の食材にも取り入れて、子ども達にも春が感じられる献立にしています。

## 3月3日　ひな祭り　　桃の節句

女の子の節句で、上巳(じょうし)の節句とも言います。紙で作った人形を川や海に流し、汚れを祓う行事がその起こりだと言われています。現在のように雛人形を飾る様になったのは江戸初期の頃からと考えられており、女の子の誕生と健やかな成長、災厄除けを願ってお祝いをする日です。

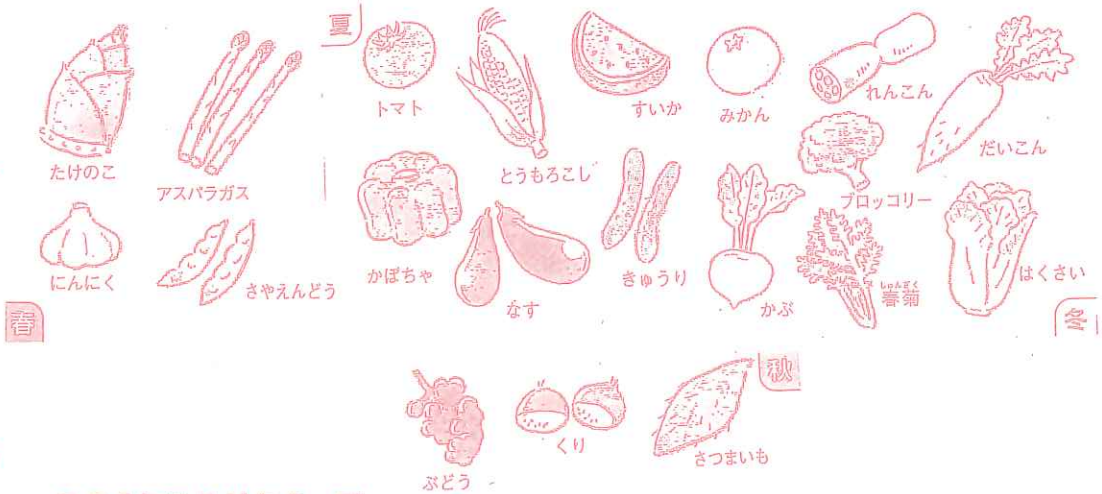
家族みんなで日本の行事食を楽しみましょう。

## 3月2日（金）の保育園の献立は

菜の花ちらし寿司　　鶏肉のねぎだれ
さつま芋の白和え　清汁　いちご
3 時のおやつでひなあられを食べます。

## 「旬」ってなに？

旬とは、それぞれに一番おいしく、栄養価が高くなる時期のことをいいます。最近ではどんな食材でも一年中食べられるようになりましたが、旬の時季に食べるからこそ本来のおいしさが味わえて、四季の違いを楽しめるのです。旬の食材は季節外れのものと比較して大きさが倍以上あるものもあり、経済的です。







## この１年をふりかえって

今年度は新型コロナウイルスが拡大し、お家での自粛や保育園の行事なども制限されることも多かった中、それでも元気に給食を食べる子ども達の笑顔は格別でした。食事のマナーもよくなり、食べるスピードもずいぶん速くなりました。給食を配るなど食事の支度も上手に出来るようになりました。一年間で様々な成長が見られとてもうれしいです。

また、月に一度の「お弁当の日」には、朝のお忙しい時間に愛情たっぷり詰まったお弁当を作っていただきありがとうございました。

いよいよ４月には進級・進学をします。食事の面でも「嫌いなものをなくす！」「食事の前後のあいさつをしっかりする！」などそれぞれ目標を持って、進級・進学にそなえてほしいと思います。