



# 3月 食育だより

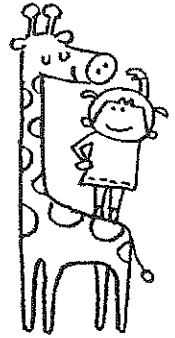
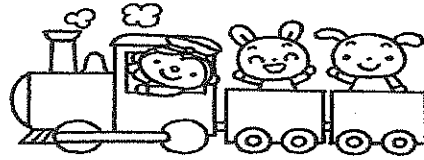
令和5年2月28日



たちばな保育園 給食室

暖かくやわらかい日差しが差し込むようになり、春の足音が聞こえてくるようになりました。そう組にとっては保育園生活最後の月となり、子どもたちのリクエストメニューを3月の献立に取り入れています。

一年間を振り返ってみよう



◎食事のマナーは身に付きましたか??

- ・きちんとあいさつをする
- ・食べ物を口に入れたまま話をしない
- ・おはしを正しく持ち反対の手で食器を持つ

- ・食事中は席を立たない
- ・音を立てて食べない
- ・片付けをする

◎毎月のクッキングを覚えていますか??

乳児クラスではいろいろな食材に触れ、幼児クラスでは皮むきに挑戦しました。保育園ではとても上手に出来ていました。お家でも一緒にしてみてくださいね!!

食育活動

食育活動では、きりん組さんとそう組さんに“土の中で育つ野菜、土の外で育つ野菜”の話とピーラーを使って野菜の皮むきをしました。野菜がどこで育っているのかクイズ形式で行いましたが、楽しく元気に答えてくれました。また、ピーラーの皮むきでは、野菜の持ち方に苦戦していましたが、みんなきれいに皮をむいてくれました。

レシピのご紹介 ~パン粉クッキー~



<材料 (一人分)>

- パン粉 12g
- ベーキングパウダー 1g
- 砂糖 3g
- 小麦粉 2.5g
- バター 5g
- 卵 15g

<作り方>

- ①小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるっておく。
- ②溶かしたバターと砂糖をよく混ぜ合わせ、卵も入れて混ぜておく。
- ③ボールにパン粉と①を入れて混ぜ、②を加えてさっくり合わせる。
- ④③を丸めて平たくしクッキングシートを敷いたオープン皿に間隔をあけて並べ、170度で約15分きつね色になるまで焼く。

