



おおきくなーれ

仙台保育園
給食だより
3月号

手洗いについて

ハイハイしたり、おもちゃに触れたり...、子どもたちは日々いろいろなものに触れる機会があります。そのままの状態では食べ物に触れたり、口に入れたりすることで、病原菌が体に入り感染してしまいます。外遊びの後、トイレの後、食事の前などには必ず手を洗うように習慣づけましょう。



最も不十分になりやすい部位
不十分になることが多い部位
不十分になることが少ない部位

清潔手洗い&手指消毒のポイント

- ◎しっかりと石けん液を泡立てることで、手全体や手のしわなどに石けん液がいきわたります。
- ◎2回手洗いを実施することで、ウイルスの除去効果があるといわれています。特に冬場のウイルス流行時のトイレの後は2回手洗いの実施をお勧めします。
- ◎左の絵の、赤く色づいた部分が洗い残しが多い部分です。特に気をつけてみてください。

★アルコール消毒液は、両手に噴霧することが重要です。

すすぎ不十分で石けん成分や水気が残っているとアルコールの効果は減少します。しっかり流水ですすいで、しっかり水気を拭き取ってからアルコールを噴霧しましょう。

鬼ランチ♪

豆まき誕生会の日に、「鬼ランチ」を出しました。顔はハンバーグ、髪の毛はナポリタン、ツノはとんがりコーンです。鬼に見えるかな...？



恵方巻作りをしたよ！



さくら組・ひまわり組は、2月4日に恵方巻作りをしました。担任の先生が作ってくれた寿司飯に、「きゅうり・人参煮・ツナ・椎茸煮・たくあん」の中から好きな具を選んで一人一本自分の分を作ります。みんな上手に出来ました！
ちゅうりっぷ組は、具を混ぜこんだ寿司飯をのりに巻いて食べました。

はっと汁

みんな大好きはっと汁！宮城県の郷土料理です。みそ味としょうゆ味、2回おやつに出しました。お野菜も一緒にたくさん食べてもらいました。



2~3月の旬の食材

〇わかさぎ〇

わかさぎは丸ごと食べられるため、たんぱく質やカルシウムの補給に最適です。保育園ではフライにして出しました。

〇菜の花〇

春が近づくとともに旬を迎える菜の花。よく、ひな祭りの料理に用いられます。お浸しで提供する予定です。

〇オレンジ・デコポン〇

オレンジは米国産と国産で旬の時期が異なるそうです。米国産は7~12月、国産は2~3月です。

リクエストメニュー



今月はひまわり組さんにとって保育園最後の給食なので、全員分のリクエストを取り入れた給食を予定しています。どんな給食が好きだったか、おうちでも楽しく話題にしていだけたら嬉しいです。

もう一度食べたいランキング

- | | | |
|----|-------------|----|
| 1位 | フルーツポンチ | 3人 |
| 2位 | 米粉と豆腐のブラウニー | 2人 |
| 〃 | 米粉のピザ | 2人 |



親子クッキングで作った「米粉のピザ」がランク入り！好きなメニューはいつかな...？3月の献立をお楽しみに☆

見づらくてごめんなさい。ブログではカラーで見れます！！