



おおきくなーれ

仙台保育園
給食だより
3月号

☆旬の 食材たち☆

わかさぎ

給食では「わかさぎのフライ」を出しました。生のわかさぎを持って全クラスに見せに行くと、みんな興味津々でラップ越しに触ってくれました。しかし、中には「(魚が)死んでる!」とビックリした子もいたようでした。



白菜

白菜には風邪予防や美肌効果に効くビタミンCが含まれています。その他のビタミンやミネラルもバランスよく含まれているので冬にはぜひ食べたい食材です。

ごぼう

ごぼうは食物繊維が豊富に含まれており、便秘に効きます。また抗酸化作用も高く、老化予防にも役立ちます。保育園では金平ごぼうや煮物、混ぜご飯などに入れて出しました。

2月の給食☆

写真はバレンタインクッキーです。さくら・ひまわり組にはチョコペンで「すき」のメッセージを書きました。

節分の日には鬼の顔をイメージした「鬼ランチ」を出しました。他にも、2月は「はっと汁」や「だまっこ汁」など体が温まる郷土食も登場。たくさん食べてくれました。



ひまわり組☆ リクエストメニュー

1位 **グラタン**

3月にします♪

2位 **鶏の唐揚げ**

" **シチュー**

恵方巻作り☆ (ちゅうりっぷ・さくら・ひまわり組)

今年の恵方を向いて、願い事をしながら恵方巻を食べるんだよ!

好きな具材を選んで恵方巻を作りました!用意したのは、きゅうり、かんぴょう、ツナ、桜でんぶ、たくあんの5種類。みんなは何を選んで恵方巻を作ったかな?



ケーキ屋さんになれますように!

恐竜博士になれますように!

カップケーキ作り☆ (ひまわり組)

いつも仲良くしてくれているさくら組さん、ちゅうりっぷ組さん、先生たちに気持ちを込めてカップケーキを作りました。



カップケーキの生地を作って、カップに流し入れます。

好きなトッピングをします。欲張って乗せすぎないでね~!



ピザ作り☆ (たんぼぼ組)

発酵して膨らんだピザ生地のガス抜きをしたり、伸ばした生地にはフォークで穴を開けたり、トッピングをしたりしました。



ピザ作りに集中しているたんぼぼ組さん。

普段おかわりしない子も、モリモリ食べたそうです!

