



# 食育だより



令和6年3月1日  
すまいりい保育園

今年度も終わりに近づき、初めは進まなかった野菜など今ではしっかり食べ、  
おかわりなどいっぱい食べている姿が見られます  
卒園児さんとは残りわずかですが、一緒に給食を食べて毎日元気に過ごせることを  
願って美味しいお給食を作りますね。



また、3月は1年の締めくくりとして、お別れ遠足があります。  
人気の高かったメニューのお弁当を作ろうと思います。  
みんなでたくさんお話して、残りの園生活を楽しんで過ごし  
いい思い出になると嬉しいです。

## ひな祭りの行事食



ひな祭りには、昔からちらし寿司やはまぐりのお吸い物を  
食べる習わしがあります。

1年を通して女の子の健康を願います。ひなまつり料理や飾りなどに用いる、ピンク、  
黄色、緑、白は日本の「四季」を表してあります。  
ちらし寿司のえびには「長生き」、れんこんは「見通しが聞く」、豆には「健康で豆に働ける」  
という、縁起かつぎがあります。女の子の幸せを願った行事食です。

**保育園では保育者は子どもの正面に座り、1人ひとりの食べる様子を見ながら、よく噛んで食べるように声をかけ続けています。お家の方でもしっかり見守りながら食事をしてくださいね。**

..~ ..~ ..~ smiley farm ..~ ..~ ..~

すまいりい畑の様子です。  
12月にみんなで植えた、玉ねぎ、ほうれん草、  
大根が土から少し姿をあらわしていましたよ。  
収穫が楽しみです。

葉っぱだけでお野菜  
の名前がわかるかな

