



食育だより



2026年3月2日

ニチキッズあいずみ北保育園

寒い冬が過ぎると、春の季節がやってきますね。春の食材といえば、キャベツ、なばな、アスパラガスなどの「春野菜」。「春野菜」は、冬の寒さを乗り越えて、芽を吹き出す力強い野菜たちです。私たちも「春野菜」のパワーをもらって、元気一杯の春をむかえましょう。

節分の日のメニューのご紹介



節分の日の給食はそばろ丼でした。そばろは出汁がよくきいていました。大好きな鬼さんの顔のそばろ丼を見た瞬間、「ワ〜！！」っという歓声も聞こえましたよ。柀に入ったさつま芋サラダもかつお節を使用し、うま味たっぷりでした。午後からのおやつはハッシュドポテトに鬼さんの顔をデコレーションしました。鬼さんの髪の毛に見立てた青のりがいい風味でした。ハッシュドポテトはとても人気がありますね。



小松菜の収穫をしました！



みんなで育てた小松菜を収穫しました。この日はあひる組さんが収穫しました。立派に育った小松菜は給食室にみんなでお届けしてくれ、次の日の給食のお味噌汁に入れて、美味しくいただきました。



クッキー作り 〜りす組さん〜

今月の食育

ジャムサンド作り 〜うさぎ組さん〜



りす組さんとクッキーの型ぬきをしました。少し前から担任の先生とクッキーの絵本を読んでくれており、この日を楽しみにしていました。クッキー生地にはハートやお花のクッキー型をグッと押し、型ぬきします。余った生地は自分たちの手で形を作り、オリジナルのクッキーを作ってくれました。お昼寝が終わった後、その日のおやつは自分たちが形を作ったクッキーです。クッキーが焼きあがるのを楽しみにして、お昼寝しました。お昼寝後、みんなニコニコで美味しくいただきましたよ。



バレンタインデーの前日にうさぎ組さんとジャムサンドを作りました。一枚目のパンに苺ジャムをぬりぬりして、二枚目のパンをのせます。二枚目のパンはハート型にくり抜いているので、できあがりには赤いハートが見えるジャムサンドが出来上がります。みんな上手にジャムをぬっていました。自分で作ったスペシャルジャムサンドはあっという間に完食でした。