



食育だより

南大立目標『5歳児リクエストメニューを取り入れる』

ひなまつり

3月3日は女の子の節句として知られるひなまつりです。ひな人形を飾り、菱餅やひなみられなどを供えます。菱餅は上から紅・白・緑の餅が重ねられており、紅は花、白は雪、緑は新芽で春をあらわしていると言われていま。また、ひなみられは桃・緑・黄・白の4色で四季をあらわしていると言われ、一年を通して健康で過ごせるようにとの願いが込められています。



今月の献立より

- 2日(金) お誕生会
ひな祭り寿司・菜の花のかつお和え
 - 13日(火) お別れ会
赤飯・鶏のから揚げ・ポテサラダ
 - 1日(木)・16日(金) 豆の日
金時豆の甘露
- 今月はぞう・きりんくみのリクエストメニューがたくさん取り入れられています。お楽しみに♪

一年を振り返って-嗜好アンケートより-

一年を通して、子どもには苦手な食材も食べられるようになってきました。特に魚料理。骨があるから苦手、ノロから苦手という子が多かったのですが、味付けや料理方法によっては好む子も増えてきました。また、昨年度からの「豆の日」もかなり定着しており、豆に対する苦手意識も少なくなり、喜んで食べる姿も見られるようになってきました。

ほうれん草や小松菜などの緑の野菜や、きのこなどはまだ苦手な子も多いですが、少しでも興味を持ってもらい、子どもたちに「食べることは楽しい」と思ってもらえるように取り組んでいきたいと思っております。

(文責 長本)

保育室より

噛む習慣が身につけられるように子どもたちに「よく噛むと良いことがたくさんある」と伝えてきました。食事前に声をかけると『30回カミカミがんばる!』と意識して食べています。手に『よく噛むと虫歯になりにくい』『病気にかかりにくくなる』とほめてあげると子どもも同じで話し合っている姿も見られます。(文責 宮本)



食育目標



長期目標	よく噛んで食べよくとする
0歳	苦手なものも少しは食べてみよとする モグモグ・カミカミして自分で食べよとする
1歳 一時保育	お皿に手を添えてスプーンやフォークを使い自分で食べよとする
2歳	食事のマナーを知り守りながら食べよとする
3歳	楽しい雰囲気の中で食事のマナーを意識して食べよとする
4歳	食事のマナーを意識しながら友達と一緒に楽しく食べる
5歳	食事のマナーがしっかり意識して食べる
グループ共通目標	食事のマナーが身につき楽しく食事をする