

3月 食育だより

令和4年度
長井市給食
共同調理場

文責：さたけなおこ

少しずつ寒さも和らぎ、季節は春へと移り変わろうとしています。今年度も残りわずかです。

1年間で身長や体重はどの位成長しましたか？
みんなで食べる時間を大切に、元気に進級・卒園に向けての準備を進めて行きましょう。



Sarah's Hometown Lunch

マカロニチーズ
おいしい！



メニュー

- ☆ ロールパン
(ブルーベリージャム)
- ☆ チキンナゲット
(調理場の
バーベキューソース)
- ☆ マカロニチーズ
- ☆ トマトスープ
- ☆ いちご

「マカロニ
チーズ」は、
セーラさん
がお姉さん
と食べた
思い出の味
だそうです。

リメンバー3・11

ローリングストック献立

ローリングストックとは、食料等を一定の量を保ちながら、消費購入を繰り返し備蓄品の鮮度を保つことです。これは、各家庭でいつも使う食材でもできる事です。

東日本大震災という未曾有の大災害を経験した私たち大人は、大災害を忘れず、あの時学んだ事を後世に伝えていく役目を担っています。

幼児給食ではレトルトカレーを備蓄しています。3月13日の給食はそのレトルトカレーを使用した「ローリングストック献立」です。東日本大震災を経験していない子どもたちと、災害について話しあうきっかけにし、震災があったことを風化させないようにしてもらえたらと思っています。



1年間を振り返って

今年度も元気に笑顔で給食を食べてくれたこどもたち。調理場では、味覚や咀嚼がまだまだ発達段階の子どもたちのために、できるだけ手作りで薄味に心掛けた給食作りをして来ました。美味しさの秘けつは「愛情込めた丁寧な作業」です。

「ひでこちゃんの読み聞かせ」「食育の日献立」「Sarah's Hometown Lunch」等々日々の給食で食育活動をさせてもらいました。また6月には「賢上醤油店」さんにご協力いただき、市内児童センター5歳児さんと給食で使うみそ作りをしました。甘くておいしいみそが出来あがって、毎日の給食で大切にいただいています。卒園前の最後の給食もみそ汁で味わってもらいます。



5さいじさん

ごそつえんおめでとうございます！
しょうがっこうにいても、もりもり
きゅうしょくたべてね。

ざいえんじさん

しんきゅうおめでとうございます。
おいしいきゅうしょく
つくるので
これからもよろしくね。



児童センター給食にご理解
とご協力いただきありがとうございます
ございました。

子どもたちが、いつまでも
笑顔で、こころもからだも健
やかに育ちますようにという
想いで栄養士の仕事をしてい
ます。今年度も、子どもたち
の育ちに食の面からかわかれ
たこと感謝いたします。

佐竹直子