



食育だより



令和8年度 4月号

立神海の風こども園

ご入園・ご進級おめでとうございます

新しい年度が始まり、どきどきワクワクのこども園生活がはじまりましたね。

「子どもが食事をちゃんと食べられているかな?」「こども園の離乳食はどんなのだろう?」
 という不安や心配があると思います。慣らし保育の期間中は子どもたちの食べている給食展示
 を行っているので「園ではどんな食事を食べているんだろう?」「量はこれくらい食べているんだな。」
 と、知ってもらえたら嬉しいです。苦手な食材があり、好き嫌いがあるかもしれません。
 なんでも残さず食べることは大事だと思いますが、まずは新しい環境に慣れる事が大切です。
 新入園児さんも、進級した在園児さんも食事に対する心配事や不安もたくさんあるかと思ひます。
 元気に登園して活動できるように、早寝・早起き・朝ごはんをしっかりと食べて、こころも身体も
 パワーいっぱいでお過ごせるようしましょう。子ども達が「安心」して食べられるように
 給食づくりを頑張りますのでよろしくお願いいたします。

3月の活動の様子 (よもぎ摘み・玉ねぎの収穫)



3月27日にきく・ゆり組さんと学童さんとでヨモギ摘みに行ってきました。
 ヨモギの新芽を「こうやって摘むんだよ」「こっちにヨモギがあるよ」とお兄さんお姉さんたちが優しく教えてくれていました。そのあと畑の新たまねぎを収穫しました。たんぼぼの綿毛をとばしたり、ひっつき虫を服につけたりして春の草木遊びも楽しんでいました🍀

ただししいしせいであべよう



おなかとつくえのあいだは ← ぴん
 あしは ゆかに ぴたっ
 " ← ・ ぴた ・ ぴん "

お知らせ

- ☑ 3日 (金) 根菜キーマカレー
- ☑ 13日 (月) かつお船人めし
- * ご飯を多めに持参してください
- ☑ 14日 (火) よもぎ団子づくり
- * きく組さんはエプロン・三角巾マスクの用意をお願いします
- ☑ 17日 (金) 誕生日会
- * おにぎりを持参してください

サイダーゼリー



材料 (作りやすい分量)

作り方

- | | | |
|------------|-------|---------------------|
| ○サイダー | 500ml | ①アガー、砂糖をよく混ぜ合わせ水を加え |
| ○砂糖 | 20g | サイダー半分を入れて加熱して溶かす。 |
| ○アガー | 10g | ②①を50℃ほどの温度に冷ます。 |
| ○かき氷シロップ適量 | | ③②に、ゆっくりサイダー半分を入れて |
| (なくてもよい) | | ゆっくりと混ぜる。 |
| | | ④カップに注ぎシロップを加えて冷やす。 |

