

給食便り



2026年3月 くすのき保育園給食

寒さの中にも少しずつ春の気配が感じられるようになってきました。今年度も残りわずかとなり、1年間こどもたちの笑顔と「おいしい!」の声に支えられたことに感謝の気持ちでいっぱいです。4月初めに比べると、食べる量がたくさん増えたり、苦手なものも頑張ってお食べられるようになった姿をみると大きく成長したなあ嬉しく思います。毎日の給食時間でも会話がはずみ、「今日はどんなごはん?」と楽しみにしてくれる声がたくさん聞こえました。

これからも、こどもたちのたくさんの笑顔に出会えるように、給食の時間が楽しいと感じてくれるような給食作りをしていきたいと思います。

☆ 1年間でこんなに大きくなりました!

4月からの身長と体重の平均を出しました。

子ども達は1年間でいろいろな面が大きく成長したことだと思います。

R7年度 4月からの身長・体重の増加(平均値)

この機会に是非、お子さんの身長と体重のバランスも見てみて下さい。お子さんの身長と体重を下の表に当てはめるだけです。(母子手帳にも載っていますよ!)

アレルギーや離乳食・対応食など食事について何かありましたら、気軽にご相談下さい。

	身長	体重
ひよこ	11 cm	2 kg
りす	8.1 cm	2.2 kg
うさぎ	6.4 cm	1.3 kg
あおむし	5.7 cm	1.5 kg
さなぎ	6.2 cm	1.7 kg
ちょう	5.4 cm	2.2 kg

図11-1 幼児の身長体重曲線 (男)

(身長70~118cmのデータを基に2次曲線で近似した成績を採用)

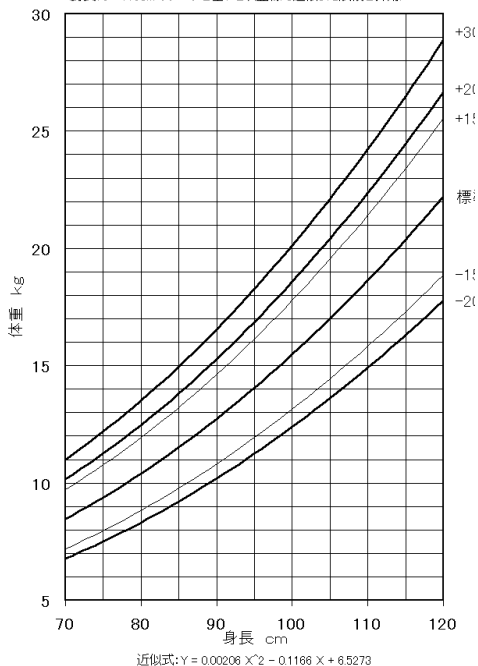
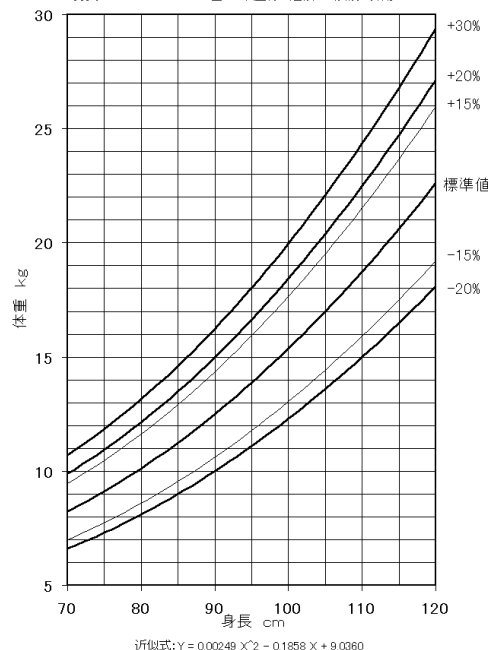


図11-2 幼児の身長体重曲線 (女)

(身長70~118cmのデータを基に2次曲線で近似した成績を採用)



区分	呼称
+30%以上	ふとりすぎ
+20%以上	やや
+30%未満	ふとりすぎ
+15%以上	ふとりぎみ
+20%未満	
-15%超	ふつう
+15%未満	
-20%超	やせ
-15%以下	
-15%以下	やせすぎ

3月の上旬に、さなぎぐみさんと「味噌作り」をしました。
 大量の大豆を蒸してやわらかくしたものをみんなで潰したものに
 塩と麴を混ぜたものをあわせて混ぜ混ぜ・・・それから・・・
 みんなで団子を作って大きな桶に入れました。
 この「手作り味噌」は、みんなが進級してひとつ
 おにいさんおねえさんになったら、給食やおやつで
 使っていきたいと思っています。
 それまで、給食室で大切に保管しますね。



その他にも・・・
 各クラス畑で栽培した大根やかぶを使ってスープや和え物・炒め物等々いろいろな調理方法で
 こどもたちは冬野菜を堪能しました。そして、給食室にもたくさん届けてくれました。また、来年
 もくすのきの畑で栽培した野菜を使ってクッキングを楽しんでほしいと思います。
 わたしたち給食職員もそのお手伝いができればうれしいです。

さて、3月はちょうくみさんのリクエストおやつを給食のメニューに取り入れています。
 今年の一番人気は、「みたらし団子」でした。みんなと食べた給食やおやつが少しでもくすのき
 保育園で過ごした楽しい思い出になってくれてたら嬉しいな・・・

○ みたらし団子

白玉粉	150g
上新粉	80g
水	200cc ぐらい
A	砂糖 大 3
	醤油 大 2
	片栗粉 小 2
	水 大 3

- ① ボウルに粉を入れ、そこに水を少しずつ加える。耳たぶく
 らいの柔らかさになるくらいに水を加えていく。
- ② ①を 20 等分位にし、へそ団子にする。
- ③ お鍋に湯を沸かして②を茹でる。上に浮いてきてから 1、
 2 分置いてから水の中に取り冷ます
- ④ A を鍋の中でよく混ぜてから火にかける。混ぜながら加熱
 し、とろみをつける。
- ⑤ 出来あがった団子とあんを絡めて出来上がり

一年間、給食へのご理解・ご協力ありがとうございました。

