

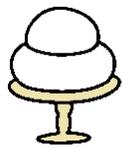


給食だより

令和8年3月
エレナ保育園

暖かな日差しに春の訪れを感じる季節となりました。

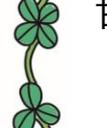
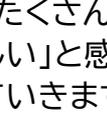
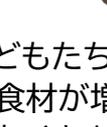
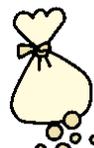
給食の時間には、「おいしいね」と笑顔を見せたり、自分で食べようとする姿が多く見られるようになりました。子どもたちの成長を感じながら、一緒に食べる楽しさを大切にしています。残りの日々も安心して食事ができるよう見守っていきます。



3月の行事食

3月3日はひなまつりです。

園でも行事食として、
彩りのよいメニューを取り入れ、
子どもたちに日本の
伝統行事を感じてもらいます。
食材の色や形を楽しみながら
食への興味が広がるよう
工夫しています。



春の野菜

春になると、
やわらかく甘みのある
春野菜が増えてきます。

キャベツや菜の花、
新玉ねぎなどは子どもたちにも
食べやすい食材です。
旬の食材を味わうことで、
季節の変化を感じられます。



この1年で、子どもたちは
食べる量や食べられる食材が増えました。
自ら食べようとする姿もたくさん見られます。
これからも「食べるって楽しい」と感じられるよう、
温かく見守っていきます。



体調管理

春は暖くなる一方で、
寒暖差が大きく
体調を崩しやすい季節です。
バランスのよい食事や
十分な睡眠をとることで、
体調を整えることが
大切です。



春の果物

いちごなど春に
旬を迎える果物は、
甘みと酸味のバランスがよく、
子どもにも人気があります。
果物にはビタミンが
豊富に含まれており、
体調を整える
働きがあります。

