

# 食べもの通信

平成28年3月  
発心保育園

「春野菜」と呼ばれる野菜には、鮮やかな緑色で新芽の香りを感じるもの、強い香りや独特の苦みを持つものがあり、春キャベツ、新じゃが、新玉ねぎ、グリーンアスパラ、たけのこ、山菜などがあります。春野菜特有の苦みや香りは心身に刺激を与え、身体を活発化させる働きがあるといわれています。短い時期にしか味わえない「春野菜」を楽しみましょう。



はたけ



3月のはじめに畑に行くとき野菜たちが食べ荒らされていました。菜花も下の方が茎だけに・・・いのしし？とり？収穫を楽しみにしていたので心配しましたが何とか収穫できるまで成長しました。

## ひまわり組とのお別れ会食は リクエスト給食！



3月18日は、お別れ会食でひまわり組の好きな給食メニューのリクエストに応じて作りました。ずらっと並んだおかずに大興奮の子ども達！何度もおかわりして、すべて完食でした。



メニュー  
ハンバーグ、鮭のオーロラソース焼き  
手羽先、かみかみサラダ、ポテトサラダ  
磯和え、味噌汁、おにぎり、パン  
りんご、ネーブル



肉だけでなくちゃんと野菜も入れてバランスよく配膳していました。

## 3時のおやつは、お好み焼き



おやつはひまわり組が焼きそばを作ってくれました。美味しくてお皿は、すぐに空っぽこちらも完食！ホントによく食べる子ども達です。