



### お別れ給食について



3月は、さくら組さんのリクエストを中心とした[お別れ給食]です。好きな昼食とおやつを1つ教えてもらいました。昼食の1位は、“鮭玉丼” 2位が“ハヤシライス”でした！カレーやお誕生日会メニューも人気です。おやつは、ココア蒸しパンが過半数を超え1位！その後、オートミールクッキーやビスケットが続きます。アンケートでは出ませんでした。保育園での定番給食メニューを3月には多く取り入れていく予定です。卒園まで残り1か月。最後まで、おいしく楽しい給食の時間になれば良いなと思います。



### ココア蒸しパン

2023年度人気No.1おやつ

#### 【作り方】

【材 料】 8~10個分

- |                        |            |
|------------------------|------------|
| ☆ ホットケーキミックス 1P (200g) | ☆ 三温糖 50g  |
| ☆ ベーキングパウダー 1g         | ☆ 豆乳 150ml |
| ☆ ココアパウダー 10g          | ☆ 油 20g    |

① 材料は全て混ぜ合わせ耐熱カップに入れる。

②①を約15分蒸す。



### ナノハナを食べて春を感じよう

ナノハナは春に出回る食材のひとつで、保育園では3月4日（月）に登場します。ナノハナは、ビタミン類や食物繊維が多いので、風邪予防や便秘予防に効果があります。大人にはほろ苦さが人気ですが、子どもたちは苦味のある野菜は苦手です。保育園では、ごま和えの予定です。マヨネーズで和えたり、お肉と一緒に炒めたりしても食べやすくなります。黄色の花が可愛いナノハナ、目で楽しむのはもちろん、「春」の味として、味わってみて下さいね。



### 3月3日はひなまつりです。

ひな祭りにつきものの、ひなあられや菱餅。赤（ピンク）は桃の花、白は残雪、緑は若草、「雪が溶けて、草が芽生え、花が咲く」という春の訪れを表しています。春とともに、進級する子ども達の姿が楽しみです。

