



食だより



少しずつ暖かくなり、春が近づいてきました。今年度も残り1ヵ月です。
栄養たっぷりのお食事をしっかり食べて、締めくくりの月を元気に過ごしましょう！

季節を感じよう 春キャベツ



春キャベツは葉の巻きが緩く、
柔らかいのが特徴です。
また、水分が多く甘いのでサラダ
などに向いています♪

メニュー「春キャベツのスープ」
楽しみにしています♪



日本の味

味噌



大豆を発酵させて味噌にすることによって、
大豆に少量しかないアミノ酸やビタミン類が
たくさん作られるので栄養価はさらに
高くなり、消化吸収も良くなります。

園の食事では、味噌汁や
炒め物、煮物の味付けに
使用しています♪



知っているかな？

食べものことわざ



て か
たこの手も借りたい

目が回るほど忙しいときには、手伝いが
ほくなるものです。
「猫の手も借りたい」と同じ発想ですが、
手伝ってくれば、手が8本ある
たこの方が能率が上がるかもしれませんね。

食品ロス
減らそう！

簡単リメイク



ポテトサラダ

トースト

- ①食パンにポテトサラダとチーズをのせる。
- ②オーブントースターに入れ、
チーズがとけてこんがり焼き色が
つくまで焼く。

キッズアニマルランド

☆みんなが大好きな動物をイメージした食事を提供します♪
毎月どんな動物がでてくるのかな？

今月は

「アニマルランチ」



いろんなどうぶつ だいしゅうごう！

1ねんかん いろんなどうぶつが とうじょうしたね。
3がつは みんなで すきなどうぶつをつかって
だいしゅうごう させてみよう！



クマ



パンダ



ニワトリ



ライオン



フタ



サル

