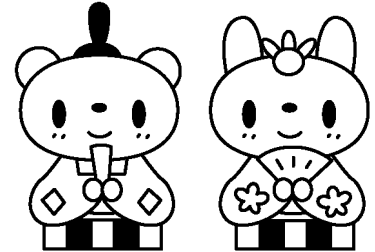




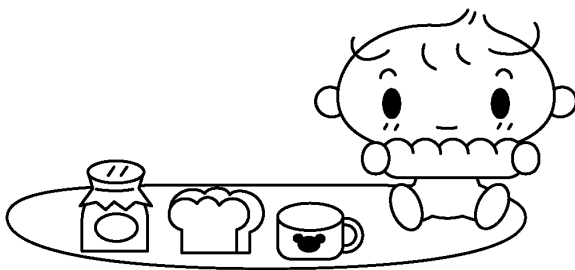
給食だより 3月

<3月3日はひなまつりです>

ひなまつりは、女の子の成長を祝うお祭りです。縁起物として、菱餅やひなあられ、白酒や蛤のお吸い物、草餅などを食べます。ひなあられの白・緑・桃の3色はそれぞれ、雪の大地（白）、木々の芽吹き（緑）、生命（桃）をあらわしており、この3色のお菓子を食すことで自然のエネルギーを授かり、健やかに成長できるという意味があります。



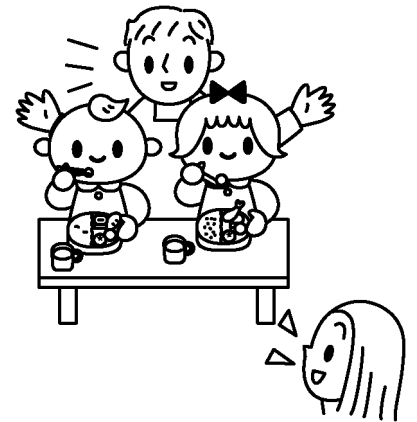
● 食べ物の味を伝え合いましょう



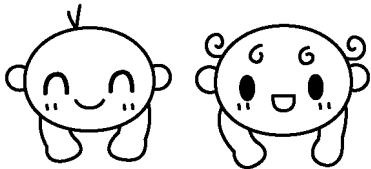
子どもは生まれた時から味覚を感じていて、離乳期の食体験によって発達し、嗜好がつくられるといわれています。子どもは周囲の大人を見て育つため、一緒に「おいしいね」といって食べたものをおいしいと感じます。食卓では、「おいしいね」「酸っぱいけど甘いね」「よく噛むとあまくなるね」など、親子で味の感想を伝えあってみてください。子ども自身が感じたことを大切にしながら「どんな味がしておいしいのか」を共有しましょう。

● 五感を使って食べ物を感じましょう

食べ物から多くのことを感じ取るには視覚（目で見える）、嗅覚（においをかぐ）、味覚（味わう）、触覚（手触り）、聴覚（音を聞く）の五感を十分に使うことが必要です。「これはどんなものかな？」と、子どもが興味を持って食べ物に向き合えることが大切です。



● 乳児も味を感じています



新生児に、甘みやうまみのあるものを飲ませると幸せそうな表情になり、反対に苦味や酸味のあるものは嫌そうな表情をするという研究結果があります。このことから、私たちは乳児の頃から味を感じていることがわかります。

🍷 今月の給食 🍷

25日の「ピザ風チキン」は、9月に新メニューとして登場し好評だったため、再登場しました。このピザ風チキンは、実はとても手間のかかった献立で、一人分にカットされた鶏肉を鉄板に並べ、その上にトマトソースを塗り、チーズをのせて焼いていきます。その数なんと約1900個。

調理員さんたちがひとつひとつ愛情を込めて作っていますので、美味しかったと残さず食べてもらえると嬉しいです。