



令和3年2月28日
 認定こども園
 聖ヶ丘保育園
 こども未来学舎



早いもので今年度も残すところあと1か月となりました。徐々に気温が上がり日中は暖かさを感じられる日もあり、春の訪れも感じられるようになってきました。1年間で心身ともに大きく成長した子どもたち、毎日の食事の中でも食べられるようになったものがあったり食べる量が増えたりと成長を感じられるところがあったのではないのでしょうか。進級に向けて、生活リズムや食事のバランスを見直してみましよう。13日は卒園式ですが、ゆき組のお友達はすっかりお兄さん、お姉さんの顔になりました。卒園しても聖ヶ丘保育園の味を思い出に、これからの食生活を楽しく健康的に過ごしてほしいと思います。また、今月の給食はゆき組の子どもたちのリクエストメニューをたくさん取り入れた献立としました。楽しみにして下さい。

桃の節句 ~ひなまつり~

3月3日のひなまつりは、桃の花の時期であることから「桃の節句」とも言われます。もともとは中国から伝わってきた風習です。古代中国では、3月最初の巳(み)の日にお祓いをする習慣があり、身についた汚れを洗い流し、身を清めて災いや病気を免れようとしてきました。この習慣が奈良時代ごろ日本に伝わり、やがて紙や草で人形を作り自分の汚れを写し、川や海に流す『ながしびな』という習慣になりました。その後、人形も装飾的になり、平安時代、貴族の娘たちの人形ごっこ、『ひいな遊び』とが結びついて、ひな人形を飾るようになったそうです。現在のような段飾りは、江戸時代から盛んになり、また3月3日に決まったのもこの頃です。『流しびな』の習慣は今も鳥取県などに残っています。



3月3日(水) お誕生会メニュー

- ひな祭りちらし寿司
- 菜の花のお吸い物
- 三色団子



☆食物アレルギー児には、医師の指示書に沿った代替食又は除去食を提供します。

《 保育園児1人あたりの栄養摂取量 》

区分	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミン				食塩相当量	
						A (μgRE)	B ₁ (mg)	B ₂ (mg)	C (mg)		
	(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(mg)		(mg)			(g)	
乳児	基準量	487	18.3	13.6	200	2.3	200	0.25	0.28	18	1.5未満
	給与量	500	20.3	13.7	295	2.1	129	0.30	0.47	20	1.5
幼児	基準量	559	21.0	15.5	260	2.3	200	0.32	0.36	18	1.8未満
	給与量	550	20.8	16.9	199	2	154	0.33	0.37	24	1.7