



食育だより



令和5年度 2月 NO.3

3月3日は「桃の節句」

3月3日はひな祭り。「桃の節句」とも呼ばれ、ひな人形や桃の花などを飾り菱餅やひなあられ、蛤のお吸い物を食べたりしてお祝いします。それぞれの飾りや食べ物には女の子の健やかな成長と幸せへの願いが込められています。



蛤のお吸い物

蛤のお吸い物は、「将来は良縁に恵まれますように」という願いが込められています。貝殻というのは、他の物をくっつけてもピッタリとくっつくことはありません。そのため、貝殻同士のような良縁に恵まれることを願ってお吸い物がだされるようになりました。

嗜好調査結果 (おやつ)

・ゆり組さんで、おやつ嗜好調査を行いました。好きなおやつと苦手なおやつを答えてもらいました。

好きなおやつ	
1位	おにぎり
2位	クレープ キャラメルポテト
3位	カップケーキ

苦手なおやつ	
1位	豆乳餅
2位	豆腐ドーナツ
3位	ぜんざい

・今回の結果は、好きなおやつにおにぎり、クレープ、キャラメルポテト、カップケーキになりました。

3月のおやつに入れたいと思います。

苦手なおやつには豆類を多く使ったおやつが上位を占めました。



菱餅



一般的な菱餅の色は、赤・白・緑の三色です。その色にもそれぞれ意味があります。

赤は、「魔除け」・「先祖を尊ぶ心」、白は「子孫繁栄」「長寿」・「洗浄」、緑は、「厄除け」・「健康」の意味があります。



ひなあられ

ひなあられには、娘の健康を祈願するという意味が込められています。ひなあられは基本的に

「桃・緑・黄・白」の4色で構成されていて、これは四季を意味しています。これによって「一年を通して娘の幸せを祈る」という意味を込めているのです。

さくら組さん

・さくら組さんでキンパ作りを行いました。

お給食の時に美味しく頂きました。



小栗保育園

給食室