



令和4年度 3月号
ひので保育園

★「楽しい食事」って何だろう？

食事は毎日摂っていることですが特に楽しい食事の時があります。
どんな時が楽しいでしょう。思い出してみましょう。

◎素敵な盛り付けだった時！

大好きな食べ物が美味しそうに料理されて、きれいな彩りで盛り付けされいたら
ワクワクします

◎自分で育てたものを食べた時！

どんな物を入れて作ったの？ピーマン、茄子？自分で育てた野菜を料理して
食べるって楽しいです！

◎大好きな人と一緒に食べた時！

同じ場所で同じ物を食べるってドキドキします！



◎お腹が空いた時！

食事の時間が待ち遠しいです。モリモリ食べて美味しいです！

3月は行事が盛り沢山です。お楽しみ会では子ども達のリクエストメニュー
を計画しています。私たちも心を込めて愛情たっぷりの給食を作ります。
楽しみにしていてください！

*人気の給食メニュー 「たまトマスープ」

材料)	4人分	作り方)
卵	2個	① 鍋にお湯を沸かしてスライスした玉ねぎを入れます。
豆腐	1/2丁	玉ねぎがしんなりしてきらした角切りにしたトマト、豆腐
玉ねぎ	1/2コ	を入れて火が通ったらコンソメ、薄口醤油で味を
トマト	中1個	整えます。
貝割れ大根	1P	② 最後に溶き卵を流し入れ、カットした貝割れ大根を
コンソメ	小さじ1	散らして出来上がりです。
薄口醤油	少々	※とても色合いがきれいなスープです。是非作って みてください。