

平成31年3月号

食育フードシステム



給食だより

まだまだ寒い日が続きますが春はもうすぐそこまでやってきました。

今年度も残すところあと一ヶ月となりました。

新年度にむけてお子様達は希望に胸ふくらませていることでしょう。私共も給食を通して園児様の成長を共に感じられましたことに感謝、感謝の思いです。

1年間にわたり給食だよりを読んで頂きありがとうございました。

チェックしてみましょう ~食事のマナー~

3月に入り1年の総仕上げの時期ですね。

4月に比べて園児様は大きく成長していることと思います。

子供たちの食事のマナーで出来ることがひとつでもふえていたら褒めてあげましょう。

- いただきます、ごちそうさまが出来る。
- ひとりでスプーンやはしを使って食べる事ができる。
- こぼさずきれいに食べることができる。
- 好き嫌いをしないで食べることができる。
- 最後まで立ち上がりずに食べることができる。



ひなまつり 3月3日

ひなまつりは江戸時代から伝わる女の子の成長を祝うおまつりです。ひなまつりは『桃の節句』ともいいます。古くからモモは病気や災いをはらう植物だと言われていました。家の中ではおひなさまやモモの花を飾って食事会をしたり、ひなあられを食べてお祝いします。



旬のフルーツ いちご

果物の中でもビタミンCの含有量が多く、免疫機能の向上のほか、シミやそばかすといった肌のトラブルにも効果が期待できます。赤い色素アントシアニンには肝臓の働きを強くしたり、視力の低下を防ぐ効果もあります。



【 3月の食材予定産地 】

- 《野菜》 ・玉ねぎ(北海道) ・じゃがいも(北海道) ・さつまいも(高知) ・人参(千葉・愛知)
- ・ブロッコリー(北海道) ・ミニトマト(北海道) ・大根(青森)
- ・ピーマン(北海道) ・長ネギ(北海道) ・しめじ(新潟)
- 《果物》 ・パイナップル(フィリピン) ・りんご(青森) ・オレンジ(アメリカ)
- 《肉類》 ・鶏肉(日本・ブラジル) ・豚肉(日本・デンマーク)
- ・牛肉(オーストラリア・アメリカ)
- 《米》 ・ササニシキ(宮城県) ひとめぼれ(宮城県)

SFS しょくいく
フードシステム東北

食育フードシステム東北株式会社

〒 989-3124
宮城県仙台市青葉区上愛子字蛇台原62-1
TEL 022-391-9543 FAX 022-391-8667
メールアドレス shokuiku@sfs-tohoku.com

