

2023年3月

アーモンド カシューナッツ 献立に不使用

予献立表・幼児食【アーモンド・カシューナッツアレルギー対応】



Happyチャイルド保育園

Main menu table with columns for days of the week (Sun-Fri) and months (March and April). Each cell contains meal names, ingredients, and nutritional information (kcal, protein).

春分の日



3月



～食事の手伝いが感謝の気持ちやマナーを育む～
買い物、調理、盛り付け、配膳などの準備から、食後の片付けや食器洗
いなど、家族の食事に関わる手伝いをさせておきましょう。幼児期に大切な
『家族の一員である』という実感が得られると同時に、食事が整うまでの
手順を知ることで、作ってくれる人への感謝の気持ちも育まれます。この
ような暮らしが土台であると、5歳頃には『楽しい食事』のための心配り
ができるようになります。それに伴い、自分の着くいや姿、会話とい
ったマナーも客観的に見ることができ、直そうという心がけにもつながり
ます。



◀これからは春さやべつ
一年中売られているさやべつですが、
旬は春と冬の初めです。冬さやべつは葉
がしまっていてずっしり重く、春さやべ
つはやわらかくて甘味のあるのが特徴で
す。ビタミンU（キャベジン）という成
分が豊富で、胃の中の腸ついた部分を治
すことから、胃薬の成分にもなっていま
す。春さやべつを購入する際は、緑が濃
く、さやがふんわりとしたものを選ぶの
がポイントです。

- マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。
●ホットケーキミックス・カレー粉とシチュー粉は卵・乳製品不使用のものを使用しております。
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しております。
※尚、天候等の都合により食材にアレルギーが生じる場合がございます。ご了承下さい。

株式会社 セブ

■午前おやつは、お菓子類を提供しています。