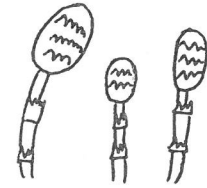


ねんかん ふ かえ
1年間を振り返って



あと、二か月前で今年度も終わりです。
お子さんと一年間の食生活を振り返ってみましょう。

<p>①食事の前には必ず手をきれいに洗った。</p> 	<p>②食事の準備や後片付けを良く手伝った。</p> 	<p>③感謝の気持ちを込めてあいさつをした。</p> 
<p>④朝食を食べて登園した。</p> 	<p>⑤良い姿勢で食べた。</p> 	<p>⑥よく噛んでゆっくり食べた。</p> 
<p>⑦スプーンやはしが正しく使えた。</p> 	<p>⑧主食・主菜・副菜のそろった食事をした。</p> 	<p>⑨みんなで楽しく食べた。</p> 

～ひなまつりの行事について～

三月三日はひな祭りです。

ひな祭りに食べると良いとされている食べ物があることを知っていますか??

☆はまぐりのお吸い物

⇒夫婦の絆を象徴する縁起ものです。

☆ひなあられ

⇒ひなあられの色は春夏秋冬を表し一年間娘が健康であるようにと願いが込められています。

きょうか
カルシウム強化メニュー

●はんぺんのチーズ焼き●

ざいりょう (ひとりぶん)
材料 (一人分)

- | | |
|---------|----|
| はんぺん | 一枚 |
| スライスチーズ | 一枚 |
| 青葉 (しそ) | 一枚 |

つくりかた
作り方

- ①はんぺんを斜めに切り、更に切り口に切り込みを入れて袋状にする。青葉とスライスチーズを斜め半分に切る。
- ②はんぺんに青葉とスライスチーズを挟む。
- ③オーブントースターで焼く四分焼き、軽く焼き目を付ける。

