

# きゅうしょくだより

こども未来局  
保育・子育て推進部

令和8年3月1日 中原保育園

3月の給食は、ひなまつり会食、年長さんによるリクエスト献立があります。  
ぜひ楽しみにしててください。



## 旬の食材と献立

### ●のらぼう菜

川崎市の伝統野菜で、多摩区や麻生区で多く生産されています。甘みのある軟らかい食感が特徴で、くせが少なく食べやすい野菜です。

◆みんな美味しい！郷土の味レシピコンテストおかず部門にてグランプリを受賞した「川崎春巻き」、同じくおやつ部門にてグランプリを受賞した「のらもっぱ」を献立に取り入れました。  
どちらも「のらぼう菜」を使用しています。



## 献立の紹介

春のお彼岸に合わせて、「ぼたもち」を取り入れました。彼岸は、年に2回（3月と9月）、お墓参りやお供えをしてご先祖様を供養する期間です。

お彼岸には、仏壇に「ぼたもち」や「おはぎ」をお供えする風習があります。春に美しく咲くぼたんの花をイメージして作るのが、「ぼたもち」です。

保育園では、米ともち米を混ぜて炊き、軽くついて丸めて、まわりにあんこや黄名粉をまぶして手作りしています。



## みんな！食欲旺盛です！

ここ最近の保育園の食事の様子をお伝えします。

どのクラスも食べる量が増えてきて、おかわりまでペロリと食べてくることも多いです。栄養士としては、給食の食べ具合で、だんだんと1年が終わりに近づいていることを感じます。



食べたいもの、食べられるものが増えていくことは、元気な体をつくる土台にもなります。

中原保育園の子どもたちは、食べたいものがしっかりと増えているので安心してください！

また中原保育園の幼児クラスはバイキング形式で食事を進めています。

自分で食べたい量、食べられる量を職員に伝えて食事を盛り付けてもらっています。

この取り組みも、食欲を引き出す1つになっていると考えています。ぜひご家庭でも、お子さんと「今日はどのくらい食べられる？」「このメニュー好き？」など聞きながら盛り付け、食事をするのもオススメです！