

3月 給食だより 献立表

実施日	曜日	3歳未満児 10時のおやつ	昼食献立	3歳未満児 加算食	3時のおやつ	エネルギー<kcal> ()は3歳未満児
2月16日	月	牛乳 菓子	鶏肉の中華風照り焼き 果物 ひじきとちりめんの中華サラダ		牛乳 レーズンスコーン	639.2 (519.2)
3月3日	火	牛乳 菓子	★ひなまつり献立★ おひなずし 鶏肉のゆかり天ぷら 菜の花あえ すまし汁 果物		ジュース ひなまつりケーキ	599.9 (485.5)
3月17日	火	牛乳 菓子	魚の塩焼き おからの炒り煮 果物	みそ汁	牛乳 ウインナーサンド	618.9 (531.1)
3月18日	水	牛乳 菓子	マカロニグラタン 野菜スープ ブロッコリーの塩ゆで		牛乳 ツナとごまのおにぎり	604.5 (479.9)
3月19日	木	牛乳 菓子	親子煮 わけぎのぬた 果物		牛乳 焼きビーフン	593.0 (483.5)
3月26日	金	牛乳 菓子	手作りがんもどき 五色あえ 小魚三杯酢		牛乳 菓子 鉄菓	584.4 (473.3)
3月21日	土	牛乳 菓子	いなかうどん 野菜のおかかあえ 果物		牛乳 菓子 菓	485.1 (450.6)
3月23日	月	牛乳 菓子	ホィコーロー 粉ふきいも 中華スープ		牛乳 ぼたもち	587.9 (476.1)
3月10日	火	牛乳 菓子	★なんちゃって CoCo 壺番屋★ チキンカレー エビフライ コールスローサラダ 果物		牛乳 トロピカルゼリー	691.0 (572.8)
3月24日	火	牛乳 菓子	チキンカレーライス コールスローサラダ 果物		牛乳 菓子 チーズ	591.0 (486.8)
3月11日	水	牛乳 菓子	うま煮 もやしのごま酢あえ 納豆		牛乳 りんご蒸しパン	629.7 (509.5)
3月12日	木	牛乳 菓子	鶏肉の竜田揚げ トマト 春雨の酢の物 果物		牛乳 豆腐ドーナツ	590.2 (489.5)
3月26日	木	牛乳 菓子	鶏肉のバーベキュー風 果物 切干大根のマヨネーズサラダ		牛乳 うの花の野菜チーズチヂミ	588.4 (478.5)
3月13日	金	牛乳 ナ	鮭のレモン風味焼き ひじきのきんぴら みそ汁		牛乳 ココアクッキー	618.3 (490.3)
3月14日	土	牛乳 菓子	焼きそば 青菜の磯和え 果物		牛乳 菓子 菓	489.9 (452.2)
3月30日	月	牛乳 菓子	炒り豆腐 小松菜とツナの和え物 果物		牛乳 菓子 菓	580.0 (469.8)
3月31日	火	牛乳 菓子	鶏肉のカレーじょうゆ焼き 野菜炒め 手作りふりかけ		牛乳 豆乳バナナケーキ	572.6 (465.9)

卒園や進級の時期が近づいてきました。

花のつぼみもふくらみ始め、子どもたちの成長をお祝いしてくれているかのようです。

この一年、給食職員一同は「おいしかったよ」「苦手なものを頑張って食べたよ」といった子どもたちの嬉しい言葉や、キラキラと輝く笑顔にたくさん励まされてきました。

これからも、園での楽しい思い出のひとつとして心に残るような給食づくりをめざしてまいります。



1年間の振り返りをしましょう！

みなさんは、園やおうちでどのような食生活を送ってきましたか？
食を通して学んだこと、できるようになったことを振り返ってみましょう。

<input type="checkbox"/> 食事の前に 手洗いができた 	<input type="checkbox"/> 「いただきます」 「ごちそうさま」の あいさつができた 	<input type="checkbox"/> 好きな食べ物が 増えた 
<input type="checkbox"/> よく噛んで食べた 	<input type="checkbox"/> 食事の準備や 後片付けの お手伝いができた 	<input type="checkbox"/> みんなと楽しく 食べることが できた 
<input type="checkbox"/> 正しい姿勢で食べた 	<input type="checkbox"/> 箸やスプーンを 正しい持ち方で 使った 	<input type="checkbox"/> 朝・昼・夜 3食しっかり 食べた 

あじさい組は12日(木)に
バイキングを行います。

～Menu～

- ・おにぎり(わかめ・鮭)
- ・鶏肉の竜田揚げ
- ・たこさんウインナー
- ・春雨の酢の物
- ・トマト・ブロッコリー
- ・もも缶・バナナ

献立はあじさい組のみんなで
考えました☆お楽しみに！

季節の食材

「菜の花を食べて
春を感じよう」


菜の花は春を告げる代表的な野菜です。花が咲く直前が食べごろです。

ビタミンCや食物繊維を多く含み、風邪や便秘の予防が期待できます。

