



給食だより

平成31年3月



3月の献立

ぽかぽかと日差しが暖かく感じられる季節になりました。早いもので、もうすぐ卒園・修了の時期です。子どもたちが給食を通じて「食」に関心を持ってくれた事を嬉しく思います。以上児さんと一緒に給食を食べたり、クラスの食事の様子を見てまわると子ども達の好きな物や嫌いな物等がよく分かります。これから食の大切さを伝えながら、子ども達の心と身体に寄り添っていきたくと思っています。



3月3日は『ひな祭り』

女の子の節句として、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、ひしもち、あられなどを供える風習があります。

1日のおやつにひなあられを頂きます。

～食育体験～

1年間を通して、くずもち・お月見団子・羊ショコラ等季節に応じて色々なお菓子作りをクッキングで体験しました。子ども達はクッキングが大好きでどの子ども達の目もキラキラと輝いていました。

季節の野菜を育てたり、これからもたくさん体験を子ども達と一緒に楽しんでいきたいです。

| 日 | 曜 | 副食 | 3時のおやつ | 未満児追加分 | 離乳食 |
|----|---|---|---------------------|-----------------|-------------------------|
| 1 | 金 | ブルコギ・ソーメンのみそ汁 ・千切り大根のサラダ | カルピス・ひなあられ | ごはん・牛乳 ビスコ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 2 | 土 | 中華丼・きゅうりとちくわの酢の物 | 牛乳・ミニパン | ごはん・牛乳・せんべい | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 4 | 月 | お弁当の日 | 牛乳 バナナ | ごはん・牛乳 ・卵ボーロ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 5 | 火 | 魚のみそ煮・お花畑サラダ ・キノコのすまし汁 | 牛乳・カステラ | ごはん・ヨーグルト | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・魚のくず煮 |
| 6 | 水 | チキン南蛮・三色野菜 (キャベツ・キュウリ・カラピーマン)・わかめスープ | お茶・クッキー カップヨーグルト | ごはん・牛乳・せんべい | 白かゆ・人参・かぼちゃ・スープ・ささみのくず煮 |
| 7 | 木 | ビーフカレー・マカロニサラダ ・添え(パイナップル缶詰) | ミルク 焼き芋 | ごはん・牛乳・チーズ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 8 | 金 | 鶏肉きじ焼き・添え(ブロッコリー ・南瓜の甘煮・五目汁) | お茶・ぼたもち | ごはん・牛乳・みかん 缶 | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 9 | 土 | ポパイスパゲッティ・コーンスープ | 牛乳・バナナ | パン・牛乳・あられ | 白かゆ・人参・さつま芋・スープ・魚のくず煮 |
| 11 | 月 | 魚の塩焼き・添え(タス・白和え ・大根のみそ汁) | お茶・焼きそば | ごはん・牛乳 ・バナナ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 12 | 火 | 大豆の五目煮・きゅうりのおかか和え ・かきたま汁 | ミルク・オレンジ せんべい | ごはん・ヨーグルト | 白かゆ・人参・さつま芋・スープ・魚のくず煮 |
| 13 | 水 | 誕生会 | 牛乳 ジャムサンド | ごはん・牛乳 ・せんべい | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 14 | 木 | ハンバーグ・野菜サラダ・オニオンスープ | 牛乳・りんご クラッカー | パン・牛乳・あられ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・魚のくず煮 |
| 15 | 金 | 魚の照り焼き・千切り大根のサラダ・ ソーメンのすまし汁 | 牛乳 アップルケーキ | ごはん・牛乳・ビスコ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 16 | 土 | 中華丼・きゅうりとちくわの酢の物 | 牛乳・ミニパン | ごはん・牛乳・クッキー | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 18 | 月 | ひき肉と里芋の煮物・じゃこ入り卵 ・厚揚げのみそ汁 | 牛乳 フルーツゼリー | ごはん・牛乳・卵ボーロ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 19 | 火 | 魚のみそ煮・お花畑サラダ ・キノコのすまし汁 | 牛乳・カステラ | ごはん のむヨーグルト | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・魚のくず煮 |
| 20 | 水 | チキン南蛮・三色野菜 (キャベツ・キュウリ・カラピーマン)・わかめスープ | お茶・カップヨーグルト ・バナナ | ごはん・牛乳・せんべい | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 22 | 金 | 鶏肉きじ焼き・添え(ブロッコリー ・南瓜の甘煮・五目汁) | お茶・ぼたもち | ごはん・牛乳 いちご | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 23 | 土 | ポパイスパゲッティ・コーンスープ | 牛乳・バナナ | パン・牛乳・せんべい | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・魚のくず煮 |
| 25 | 月 | 魚の塩焼き・添え(タス・白和え ・大根のみそ汁) | お茶・焼きそば | ごはん・牛乳・果物 | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |
| 26 | 火 | 大豆の五目煮・きゅうりのおかか和え ・かきたま汁 | ミルク・オレンジ せんべい | ごはん・ヨーグルト | 白かゆ・人参・かぼちゃ・スープ・ささみのくず煮 |
| 27 | 水 | 魚の野菜あんかけ ・ほうれん草の和え物・豆腐スープ | 牛乳 メロントースト | ごはん・牛乳・せんべい | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・魚のくず煮 |
| 28 | 木 | ハンバーグ・野菜サラダ・オニオンスープ | 牛乳・りんご クラッカー | パン・牛乳・あられ | 白かゆ・人参・豆腐・スープ・ささみのくず煮 |
| 29 | 金 | 魚の照り焼き・千切り大根のサラダ・ ソーメンのすまし汁 | 牛乳 アップルケーキ | ごはん・牛乳・ビスコ | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・魚のくず煮 |
| 30 | 土 | 中華丼・きゅうりとちくわの酢の物 | 牛乳・ミニパン | ごはん・牛乳・クッキー | 白かゆ・人参・じゃが芋・スープ・ささみのくず煮 |

* 行事により献立が変わる事があります。

～誕生日メニュー～

3月13日 (水)

・ちらし寿司 ・鶏の唐揚げ
・添えタス ブロッコリーのおひたし
菜の花のすまし汁
いちご

