



# 給食だより



3月の献立

令和7年度

早いもので、今年度も最後の月となりました。子ども達は給食の時間を楽しみ、笑顔で食べている様子の中で、食べる量が増えていったりと、子ども達の成長を感じます。今年度の残り1ヶ月楽しく食事をし、元気に過ごしてほしいと思います。



## ひなまつり

「ひなまつり」は女の子の成長を願う行事で、桃の花が咲くころに行われるので「桃の節句」とも呼ばれています。

ひな人形は、子ども達の身代わりになって、病気や事故から守ってくれると言われていています。

ひなまつりは、平安時代から続く伝統行事です。大切に受け継いでいきたいですね。

## 今月のレシピ紹介

### 魚のアップルソース

【材料4人分】

- ・白身魚 4切れ
- ・片栗粉 大さじ1
- ・りんご 1/4個
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・砂糖 小さじ1
- ・酢、しょうゆ 各小さじ2
- ・酒、塩 少々
- ・揚げ油

### 【作り方】

①白身魚に酒、塩少々で下味をつけておく。片栗粉をまぶして180℃の油で揚げる。

②アップルソースは、すりおろしたりんごと玉ねぎを調味料で煮ておく。

③季節の野菜と魚を盛り付け、アップルソースをかけて出来上がりです。

\*今月のお弁当の日は19日(木)です。

\*食材の関係で、献立が変更する場合があります。

日	曜	献立	3時のおやつ	未満児追加	離乳食	
2	月	ごはん チキン南蛮 二色野菜 大根のみそ汁	ココアミルク オレンジ せんべい	牛乳 コーンフレーク	お粥 ささみのくず煮 人参 大根 じゃが芋 玉ねぎの柔らかか煮	
3	火	🌸 誕生会 🌸	カルピス いちご ひなあられ	飲むヨーグルト	お粥 白身魚のくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
4	水	パン クリームシチュー サクサクサラダ	お茶 焼きそば	牛乳 クッキー	お粥 ささみのくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
5	木	ごはん 魚の塩焼き 千切り大根の含め煮 白菜のみそ汁	牛乳 野菜の蒸しケーキ	牛乳 せんべい	お粥 白身魚のくず煮 人参 じゃが芋 白菜 ほうれん草の柔らかか煮	
6	金	ごはん いり鶏 きゅうりの酢の物 しめじのみそ汁	牛乳 バナナ ビスコ	牛乳 卵ボーロ	お粥 ささみのくず煮 人参 豆腐 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
7	土	パン สปาゲッティミートソース 春キャベツのスープ	牛乳 クッキー	牛乳 ビスケット	お粥 ささみのくず煮 人参 キャベツ じゃが芋の柔らかか煮	
9	月	ごはん ひじき入りハンバーグ 温野菜 コーンスープ	牛乳 いちご クッキー	牛乳 せんべい	お粥 ささみのくず煮 人参 玉ねぎ ほうれん草の柔らかか煮	
10	火	ごはん 魚のフライ ポテチーズサラダ キャベツのみそ汁	お茶 ぼたもち	飲むヨーグルト	お粥 白身魚のくず煮 人参 じゃが芋 玉ねぎ キャベツの柔らかか煮	
11	水	ごはん マーボー豆腐 胡瓜のごま酢和え わかめスープ	牛乳 フライドポテト	牛乳 せんべい	お粥 ささみのくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
12	木	ごはん 魚のアップルソース 添え野菜 かきたま汁	お茶 フルーツヨーグルト コーンフレーク	牛乳 卵ボーロ	お粥 白身魚のくず煮 玉ねぎ 人参 キャベツ トマトの柔らかか煮	
13	金	ごはん 鶏肉のきじ焼き 白菜とコーンのサラダ 里芋汁	牛乳 パンケーキ	牛乳 せんべい	お粥 ささみのくず煮 人参 大根 じゃが芋 白菜の柔らかか煮	
14	土	ごはん 柳川風煮 キャベツの昆布和え	牛乳 チーズ クラッカー	牛乳 ビスコ	お粥 ささみのくず煮 人参 じゃが芋 キャベツの柔らかか煮	
16	月	ごはん チキン南蛮 二色野菜 大根のみそ汁	ココアミルク オレンジ せんべい	牛乳 せんべい	お粥 ささみのくず煮 人参 大根 じゃが芋 玉ねぎの柔らかか煮	
17	火	ごはん 魚のみそ煮 ほうれん草のごま和え 麩のすまし汁	牛乳 フルーツサンド	飲むヨーグルト	お粥 白身魚のくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
18	水	パン クリームシチュー サクサクサラダ	お茶 焼きそば	牛乳 クッキー	お粥 ささみのくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
19	木	お弁当の日	牛乳 野菜の蒸しケーキ	牛乳 せんべい	お粥 豆腐のくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
20	金	春分の日				
21	土	パン สปาゲッティミートソース 春キャベツのスープ	牛乳 バナナ せんべい	牛乳 ビスケット	お粥 ささみのくず煮 人参 キャベツ じゃが芋の柔らかか煮	
23	月	ごはん ひじき入りハンバーグ 温野菜 コーンスープ	牛乳 いちご クッキー	牛乳 せんべい	お粥 ささみのくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
24	火	ごはん 魚のフライ ポテチーズサラダ キャベツのみそ汁	お茶 ぼたもち	飲むヨーグルト	お粥 白身魚のくず煮 人参 じゃが芋 キャベツの柔らかか煮	
25	水	ごはん マーボー豆腐 胡瓜のごま酢和え わかめスープ	牛乳 フライドポテト	牛乳 せんべい	お粥 ささみのくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	
26	木	ごはん 魚のアップルソース 添え野菜 かきたま汁	お茶 フルーツヨーグルト コーンフレーク	牛乳 卵ボーロ	お粥 白身魚のくず煮 玉ねぎ 人参 キャベツ トマトの柔らかか煮	
27	金	ごはん 鶏肉のきじ焼き 白菜とコーンのサラダ 里芋汁	牛乳 パンケーキ	牛乳 せんべい	お粥 ささみのくず煮 人参 大根 じゃが芋 白菜の柔らかか煮	
28	土	ごはん 柳川風煮 キャベツの昆布和え	牛乳 チーズ クラッカー	牛乳 ビスコ	お粥 ささみのくず煮 人参 じゃが芋 キャベツの柔らかか煮	
30	月	ごはん チキン南蛮 二色野菜 大根のみそ汁	ココアミルク オレンジ せんべい	牛乳 コーンフレーク	お粥 ささみのくず煮 人参 大根 じゃが芋 玉ねぎの柔らかか煮	
31	火	ごはん 魚のみそ煮 ほうれん草のごま和え 麩のすまし汁	牛乳 フルーツサンド	飲むヨーグルト	お粥 白身魚のくず煮 人参 じゃが芋 ほうれん草の柔らかか煮	

## お誕生会メニュー

ちらし寿司 さわらのみそ焼き

ほうれん草の和え物 ウィンナー ミニトマト

手まり麩のすまし汁 フルーチェ

## おやつ

カルピス いちご ひなあられ

