

3月 給食だより 献立表

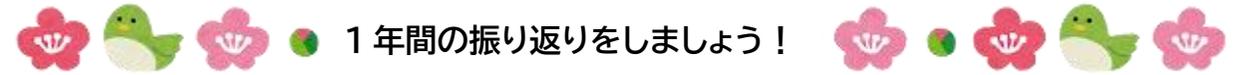
実施日	曜日	3歳未満児 10時のおやつ	昼食献立	3歳未満児 加算食	3時のおやつ	エネルギー<kcal> ( )は3歳未満児
2月16日	月	牛乳菓子	鶏肉の中華風照り焼き もも缶 ひじきとちりめんの中華サラダ		牛乳 レーズンスコーン	639.2 (519.2)
3月3日	火	牛乳菓子	★ひなまつり献立★ おひなずし 鶏肉のゆかり天ぷら 菜の花あえ すまし汁 オレンジ		カルピス菓子	600.0 (500.0)
3月17日	火	牛乳菓子	さばの塩こうじ焼き おからの炒り煮 バナナ	みそ汁	牛乳 ウインナーサンド	618.9 (531.1)
3月24日	水	牛乳菓子	マカロニグラタン 野菜スープ 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28日	水	牛乳菓子	おにぎり 鶏肉の竜田揚げ かにさんウインナー 春雨サラダ ブロッコリーの塩ゆで フルーツミックス		牛乳 二色サンド	664.8 (554.0)
3月29日	木	牛乳菓子	親子煮 わけぎのぬた りんご		牛乳 焼きビーフン	593.5 (483.5)
3月30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31日	土	牛乳菓子	いなかうどん 野菜のおかかあえ バナナ		牛乳菓子	485.1 (450.6)
3月23日	月	牛乳菓子	ホイコーロー 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	ハヤシライス コールスローサラダ オレンジ		牛乳菓子 菓子 チーズ	663.6 (553.0)
3月24日	火	牛乳菓子	★なんちゃって CoCo 壱番屋★ チキンカレー エビフライ コールスローサラダ バナナ		牛乳 トロピカルゼリー	691.0 (572.8)
3月11日	水	牛乳菓子	鶏肉のバーベキュー風 パイン缶 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12日	木	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13日	金	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	580.0 (469.8)
3月14日	土	牛乳菓子	焼きそば 青菜の磯和え りんご		牛乳菓子	489.9 (452.2)
3月30日	月	牛乳菓子	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31日	火	牛乳菓子	炒り豆腐 小松菜とツナの和え物 オレンジ		牛乳菓子 牛乳もち	565.2 (471.0)

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 

18日(水)に  
お別れ会食を行います。

～Menu～

- ・おにぎり(わかめ・ゆかり)
- ・鶏肉の竜田揚げ
- ・かにさんウインナー
- ・春雨の酢の物
- ・ブロッコリー
- ・フルーツミックス

おやつはたいようぐみさんの  
リクエストです☆

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。

