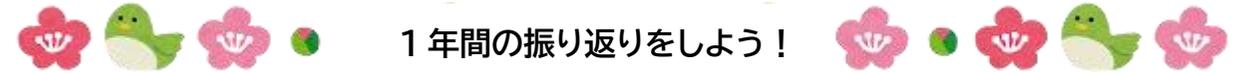


3月 給食だより 献立表

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	牛乳子 牛菓	鶏肉の中華風照り焼き ひじきとちりめん中華サラダ 果物		牛乳 ツナとごまの おにぎり	492.8 (472.3)
3月3日	火	牛乳子 牛菓	★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		カルピス 菓 子	599.9 (501.1)
3月17日	火	牛乳子 牛菓	魚の塩こうじ焼き おからの炒り煮 果物	みそ汁	牛乳 ウインナーサンド	598.8 (492.1)
3月18日	水	牛乳子 牛菓	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	621.0 (520.2)
3月25日	木	牛乳子 牛菓	親子煮 わけぎのぬた 果物		牛乳 焼きビーフン	643.2 (539.3)
3月19日	木	牛乳子 牛菓	★なんちゃって飲食店給食★ チキンカレーライス 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	469.5 (451.6)
3月6日	金	牛乳子 牛菓	チキンカレーライス コールスローサラダ 果物		牛乳 りんご蒸しパン	610.7 (512.0)
3月7日	土	牛乳子 牛菓	いなかうどん 野菜のおかかあえ 果物		牛乳 菓 子	618.1 (515.9)
3月9日	月	牛乳子 牛菓	ホイコーロー 粉ふきいも 中華スープ		牛乳 ぼたもち	492.8 (472.3)
3月10日	火	牛乳物 牛菓	マカロニグラタン ブロッコリーの塩ゆで 野菜スープ		牛乳 レーズンスコーン	610.7 (512.0)
3月11日	水	牛乳子 牛菓	うま煮 もやしのごま酢あえ 納豆		牛乳 菓子・チーズ	596.0 (498.2)
3月12日	木	牛乳子 牛菓	鶏肉の竜田揚げ ポテトサラダ ブロッコリーの塩ゆで 果物		牛乳 菓 子	610.1 (575.2)
3月26日	木	牛乳子 牛菓	鶏肉のバーベキュー風 切干大根のマヨネーズサラダ 果物		牛乳 うの花野菜 チヂミ	606.2 (539.8)
3月13日	金	牛乳物 牛菓	鮭のマヨネーズ焼き ひじきのきんぴら みそ汁		牛乳 ココアクッキー	584.0 (463.4)
3月14日	土	牛乳子 牛菓	焼きそば 青菜の磯和あえ 果物		牛乳 菓 子	572.8 (479.6)
3月30日	月	牛乳子 牛菓	炒り豆腐 小松菜とツナの和え物 果物		牛乳 菓 子	600.9 (504.1)
3月31日	火	牛乳子 牛菓	手作りがんもどき 五色あえ 小魚三杯酢		牛乳 菓 子	478.6 (457.5)

やわらかな春の訪れを感じる中、今年度も残りわずかとなりました。食を通して、子どもたちの成長を見守ることができたことを心より感謝いたします。園の給食は、これからも安全で美味しく手作りを心がけ、多くの献立を通して、給食が子どもたちの成長のお手伝いになればと思っています。



1年間の振り返りをしよう!

みなさんはこども園やおうちでどのような食生活を送ってきましたか?

自分の食生活や給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 しっかり 手洗いができた 	<input type="checkbox"/> 「いただきます」 「ごちそうさま」の あいさつを 忘れずにできた 	<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"/> お友達や先生・ 家族で楽しく 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 

**めろん組は12日(木)に
バイキングを行います。**

～Menu～

- ・おにぎり(わかめ・ゆかり)
- ・鶏肉の竜田揚げ
- ・ウインナー
- ・ポテトサラダ
- ・トマト・ブロッコリー
- ・パイン・オレンジ

献立はめろん組のみんなで作りました☆
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、花が咲く直前のつぼみの時期に食べます。ビタミンCや食物繊維などの栄養を多く含み、風邪予防や便秘予防の効果が期待できます。

