



給食だより



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|--|--|--|---|
| | | | | 1 おたのしみ会 (お弁当) ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時牛乳 プリン・ア・ラ・モード | 2 豚肉と野菜のとりみスープ・牛肉と厚揚げの炒め物・リンゴ ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 飲むヨーグルト コーンパン |
| 4 カレーライス・福神漬け・ブロッコリーサラダ・バナナ ⑨時 ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・ひねり揚げ ③時 牛乳 シリアルおこし | 5 松風焼き・ポイルキャベツ・しらす和え・コンソメスープ・いちご ⑨時 ①飲むヨーグルト・ミレービスケット ②飲むヨーグルト・英字ビスケット ③時 牛乳 マカロニきな粉 | 6 豚肉の生姜焼き・ツナとコーンの酢の物・もずくの味噌汁・リンゴ ⑨時 ①牛乳・ひねり揚げ ②牛乳・ミレービスケット ③時 かりかりいりこ たけのこおにぎり | 7 炒り豆腐・ちくわの甘辛おひたし・すまし汁・みかん ⑨時 ①牛乳・ハーベスト ②牛乳・カルシウムウエハース ③時 牛乳 トライフル | 8 サーモンフライ・枝豆・ササミ入り和え物・なめこの味噌汁・バナナ ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 じゃがいもおやき | 9 マーボー大根丼・たくあん・ごぼうのマヨサラダ・キウイ ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 飲むヨーグルト メロンパン |
| 11 納豆汁・手作りふりかけ・野菜のそぼろ炒め・いちご ⑨時 ①牛乳・ミレービスケット ②牛乳・ミックスせんべい ③時 ナポリタン | 12 魚の西京焼き・もやしのソテー・ほうれん草サラダ・すまし汁・リンゴ ⑨時 ①飲むヨーグルト・ひねり揚げ ②飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ ③時 牛乳 おからチョコケーキ | 13 高野豆腐入り五目煮・ナムル・じゃが芋の味噌汁・バナナ ⑨時 ①牛乳・ミックスせんべい ②牛乳・カルシウムウエハース ③時 牛乳 セサミクッキー | 14 豚肉とキャベツの中華煮・きゅうりの酢の物・大根の味噌汁・キウイ ⑨時 ①牛乳・カルシウムウエハース ②牛乳・ミレービスケット ③時 かりかりいりこ カルシウムおにぎり | 15 とり天・ミニトマト・小松菜のおかか和え・すまし汁・みかん ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 牛乳 小豆入り蒸しパン | 16 ハヤシライス・福神漬け・ワカメの酢の物・バナナ ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 飲むヨーグルト 蒸かし芋(さつま芋) |
| 18 ブルコギ丼・たくあん・ちくわのゴマ和え・リンゴ ⑨時 ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・英字ビスケット ③時 牛乳 ホットドック | 19 鶏肉のチーズ焼き・ポイルブロッコリー・春雨の酢の物・キノコスープ・いちご ⑨時 ①飲むヨーグルト・英字ビスケット ②飲むヨーグルト・ひねり揚げ ③時 ばたもち(きな粉) | 20 春分の日 | 21 大豆のチリコンカン・キャベツの塩昆布和え・チンゲン菜の味噌汁・バナナ ⑨時 ①牛乳・カルシウムウエハース ②牛乳・ミックスせんべい ③時 焼きそば | 22 魚のゆかり揚げ・枝豆・紅白なます・南瓜の味噌汁・みかん ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 牛乳 プレーンスコーン | 23 栄養満点スープ・ごぼうと豚バラの炒め物・キウイ ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 飲むヨーグルト ツナパン |
| 25 ハッシュドビーフ・福神漬け・ハリハリサラダ・いちご ⑨時 ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・ミレービスケット ③時 牛乳 人参のパウンドケーキ | 26 サバの塩焼き・ミニトマト・野菜の納豆和え・あおさの味噌汁・バナナ ⑨時 ①飲むヨーグルト・英字ビスケット ②飲むヨーグルト・ミックスせんべい ③時 お好み焼き | 27 焼き肉風炒め・マロニーの酢の物・オニオンスープ・リンゴ ⑨時 ①牛乳・ひねり揚げ ②牛乳・カルシウムウエハース ③時 牛乳 ジャムサンド | 28 厚揚げと豚バラのおかか煮・コールスローサラダ・すまし汁・キウイ ⑨時 ①牛乳・カルシウムウエハース ②牛乳・歌舞伎揚げ ③時 ジャージャー麺 | 29 豚ヒレのカレー揚げ・ポイルブロッコリー・おちめんの酢の物・油揚げの味噌汁・みかん ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 牛乳 ちんすこう | 30 高野豆腐のそぼろ丼・たくあん・レンコンサラダ・リンゴ ⑨時 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時 飲むヨーグルト ハムチーズパン |



今月の野菜はブロッコリーです
3月4日(月)

ブロッコリーサラダ

毎月のケーキ
3月7日(木)

トライフル



☆絵本を取り入れたおやつ

3月1日(金)

『クッククック レストラン』

プリン・ア・ラ・モード



◎旬の食材

新玉ねぎ・新じゃが芋
春キャベツ・カリフラワー
ブロッコリー・小松菜
チンゲン菜・いちご



1年間の食事を振り返りましょう

この1年を通して、どれだけ旬の食材を味わえたでしょうか？春はなのはな、春キャベツ、夏はなすやピーマン、秋はくりやさんま、さつまいも、冬ははくさいにだいこん……園で収穫したものもあります。旬の味を知ることによってそれぞれの食材が持つおいしさを、伝えていけたらと思います。また、三食の食事のバランスや食事のマナーは守れていたでしょうか？ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。

