



メニュー



月	火	水	木	金	土
31 新年度準備 (家庭保育) 					1 栄養満点スープ・小松菜とじゃこのおかか炒め・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 ユーパン
3 豆乳ポトフ・ちりめんふりかけ・ごぼうと豚バラの炒め物・いちご (9時) ①牛乳・ぼたぼた焼き ②牛乳・ミレービスケット (3時) 牛乳 ひし形クッキー	4 焼き鮭・もやしのソテー・小松菜の納豆和え・じゃが芋の味噌汁・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・歌舞伎揚げ (3時) 牛乳 お好み焼き	5 春キャベツの中華炒め・ひじきサラダ・なめこの味噌汁・キウイ (9時) ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・ミルクウエハース (3時) 牛乳 ジャムサンド	6 韓国風煮・ナムル・すまし汁・みかん (9時) ①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・ひねり揚げ (3時) 五平もち	7 お楽しみ会 (お弁当) (9時) ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 (3時) 牛乳 丸いホットケーキ	8 ハヤシライス・福神漬け・おからサラダ・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 ミルクスティックパン
10 牛丼・たくあん・カニカマ入り酢の物・キウイ (9時) ①牛乳・ひねり揚げ ②牛乳・きなこせんべい (3時) 牛乳 ジャージャー麺	11 プリの照り焼き・枝豆・ブロッコリーサラダ・すまし汁・バナナ (9時) ①飲むヨーグルト・ハーベスト ②飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ (3時) 牛乳 カルシウムおやき	12 ボークチャップ・ツナとコーンの酢の物・おふの味噌汁・リンゴ (9時) ①牛乳・英字ビスケット ②牛乳・ミレービスケット (3時) カリカリいりこ 切り干し大根のおにぎり	13 麻婆豆腐・ちくわ入りとえ物・チンゲン菜の中華スープ・みかん (9時) ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・ひねり揚げ (3時) 牛乳 フレンチトースト	14 唐揚げ・ボイルブロッコリー・マカロニサラダ・コンソメスープ・いちご (9時) ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 (3時) 牛乳 スイートポテト	15 新学期説明会 (家庭保育) 
17 カレーライス・福神漬け・ごぼうのゴママヨサラダ・いちご (9時) ①牛乳・ひねり揚げ ②牛乳・英字ビスケット (3時) 牛乳 シリアルおこし	18 焼きサバ・ボイルブロッコリー・ササミ入り和え物・すまし汁・バナナ (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・ミルクウエハース (3時) 牛乳 トライフル	19 豚肉の生姜焼き・ハリハリサラダ・豆腐の味噌汁・キウイ (9時) ①牛乳・ミルクウエハース ②牛乳・ミレービスケット (3時) ぼたもち(きな粉)	20 春分の日 	21 豆腐のまり揚げ・ボイル野菜・ちりめんふの酢の物・もずくの味噌汁・バナナ (9時) ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 (3時) 牛乳 おふラスク(シュガー)	22 卒園式 (家庭保育) 
24 親子丼・たくあん・ほうれん草とちくわの甘辛おひたし・いちご (9時) ①牛乳・ひねり揚げ ②牛乳・英字ビスケット (3時) 牛乳 ココアドーナツ	25 豚ヒレのチーズパン粉焼き・ボイルキャベツ・わかめとコーンのサラダ・厚揚げの味噌汁・みかん (9時) ①飲むヨーグルト・ぼたぼた焼き ②飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ (3時) じゃこそば チャーハン	26 高野豆腐の卵とじ・紅白なます・玉葱の味噌汁・リンゴ (9時) ①牛乳・英字ビスケット ②牛乳・ハーベスト (3時) 牛乳 小豆蒸しパン	27 刻み昆布とツナのきんぴら風・コロコロパンパン・オニオンスープ・キウイ (9時) ①牛乳・歌舞伎揚げ ②牛乳・ひねり揚げ (3時) 牛乳 レーズンバナナケーキ	28 魚のフライ・枝豆・千草和え・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) 焼きそば	29 納豆汁・ニラ玉炒め・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 バインパン



今月の野菜は春キャベツです

〇3月5日(水) **春キャベツの中華炒め**

毎月のケーキ

〇3月18日(火)

トライフル



行事食

〇3月3日(月)

ひし形クッキー

〇3月19日(水)

ぼたもち(きな粉)

〇絵本を取り入れたおやつ

『しろくまちゃんのほっと
ケーキ』の丸いホットケーキ

〇3月の献立にとら組の
リクエストメニューを
入れてます！



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、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ましたか？ ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。

