

# 3月予定献立表

日	曜日	全 児 童		3歳未満児		日	曜日	全 児 童		3歳未満児	
		昼 食	3時おやつ	9時おやつ	未満児主食			昼 食	3時おやつ	9時おやつ	未満児主食
1	火	さばの香味焼き インドポテト	みそ汁(ほうれん草) くだもの	牛乳 りんごジャムサンド	牛乳 ごはん	16	水	カレー 白菜サラダ	チンゲン菜のスープ くだもの	牛乳 カルシウムラスク	牛乳 カレーライス
2	水	肉団子のケチャップあん 野菜添え	ミルクスープ くだもの	牛乳 コーンおやき	牛乳 バターロール	17	木	鮭のレモン焼き 磯香あえ	みそ汁(キャベツ) くだもの	牛乳 ボンデケーキ	牛乳 ごはん
3	木	ちらし寿司 ごまあえ	鶏の照り焼き すまし汁 くだもの	ミルクプリン いちごソース	牛乳 ちらし寿司	18	金	<b>お別れ会</b> ケチャップライス 唐揚げ ナポリタン ポテト コールスロー ウィンナー コーンスープ くだもの		牛乳 フルーツパフェ	牛乳 ケチャップライス
4	金	ひじき入りがんも 華風炒め	みそ汁(大根) くだもの	牛乳 あずき蒸しパン	牛乳 ごはん	19	土	スパゲティミートソース 枝豆	野菜スープ くだもの	牛乳 お菓子	牛乳 スパゲティ
5	土	塩やきそば チーズ	中華スープ(わかめ) くだもの	牛乳 フライドポテト	牛乳 やきそば	22	火	青菜入りオムレツ かぼちゃサラダ	すり身団子スープ くだもの	お茶 梅おにぎり	牛乳 バターロール
7	月	豆腐と卵のふわふわ煮 なめたけあえ	みそ汁(油揚げ) くだもの	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 ごはん	23	水	かみなり豆腐 あえもの	みそ汁(じゃがいも) くだもの	牛乳 バナナ豆乳マフィン	牛乳 ごはん
8	火	鮭の味噌マヨネーズ焼き 野菜炒め	コンソメスープ くだもの	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 食パン	24	木	たらのムニエル ブロッコリーサラダ	小松菜スープ くだもの	牛乳 じゃがバター	牛乳 食パン
9	水	チキンとごぼう煮 ツナあえ	みそ汁(豆腐) くだもの	牛乳 ピザトースト	牛乳 ごはん	25	金	<b>誕生会お弁当</b> 彩りサラダ	青菜ごはん とんかつ みそ汁 枝豆 くだもの	牛乳 桃のケーキ	牛乳 青菜ごはん
10	木	スペイン風オムレツ マカロニサラダ	キャベツのスープ くだもの	牛乳 カルピスポンチ	牛乳 バターロール	26	土	みそ野菜ラーメン ゆでたまご	くだもの	牛乳 お菓子	牛乳 ラーメン
11	金	たらのごま照り焼き 納豆あえ	五目みそ汁 くだもの	牛乳 さつまいもスコーン	牛乳 ごはん	28	月	豆腐のカレー煮 チンゲン菜のあえ物	みそ汁(かぶ) くだもの	牛乳 じゃこマヨトースト	牛乳 ごはん
12	土	きつねうどん 酢の物	くだもの	牛乳 お菓子	牛乳 うどん	29	火	ほっけのパン粉焼き ひじきのサラダ	コンソメスープ くだもの	牛乳 ケチャップライスおやき	牛乳 食パン
14	月	ささみクラッカー焼き カラフルサラダ	白菜スープ くだもの	牛乳 ミニラーメン	牛乳 食パン	30	水	すき焼き 人参のごまみそあえ	かきたま汁 くだもの	牛乳 お好みパン	牛乳 ごはん
15	火	ほっけの竜田揚げ 野菜添え	みそ汁(卵) くだもの	牛乳 アップルケーキ	牛乳 ごはん	31	木	さばおろし煮 いり卵あえ	みそ汁(チンゲン菜) くだもの	牛乳 セサミ蒸しパン	牛乳 ごはん



## 給食だよ!

### 進級・卒園に向けて

今年度も残りわずかとなりました。進級に向けて生活リズムや食事バランスを見直してみましよう。

こども達が、こども園で学んだ食の大切さやマナーなどを忘れることなく、今後さらに心も体も大きく成長してくれることを祈っています。

## 1年をふりかえりましょう!

- ・ 食事の前に手洗いはできましたか?
- ・ 食事のあいさつはできましたか?
- ・ おはしや食器を正しく持てましたか?
- ・ 好き嫌いなく、なんでも食べられましたか?
- ・ よく噛んで食べることができましたか?
- ・ 時間を守って食べることができましたか?

1年間の食生活をふりかえり、できるようになったことやこれから見直したいことを考えてみましょう。

## 3日ひなまつり

女の子の健やかな成長を願い、お祝いをする行事です。もともとは室町時代に中国から伝わった風習が由来で、明治時代以降に一般に広まったという説があります。ひな人形や桃の花を飾り、行事食には、ひなあられ、菱餅、白酒、はまぐりのお吸い物などがあります。ひなあられは桃・緑・黄・白の4色で四季を表しています。でんぷんが多いことから、「一年中幸せに過ごせるよう」という願いがこめられています。

## 21日春分の日

昼と夜の長さが同じになる日です。3日前から7日間を「春のお彼岸」といい、春分は彼岸の「御中日」とも言います。春のお彼岸に食べる「ぼたもち」は、あずきのこしあんを春に咲く「ぼたんの花」に見立てています。

\*行事・物資の都合等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

\*3日、18日、25日は、園で主食を用意します。