

日付 曜日	10時のおやつ	お 昼 ご は ん				3時のおやつ
		主食	汁もの	主菜	副菜	
1 木	昆布	玄米ごはん	白菜の味噌汁	ふきと高野豆腐の煮物	<small>きゅうりとじゃが芋の梅おほかね和え</small>	いよかん・かんぱん
2 金	せんべい	ちらし寿司	あさりの潮汁	ししゃも	いろいろ煮豆	いちごのババロア
3 土	バナナ	春菊としらすの混ぜご飯	なめこの味噌汁	鶏肉と白菜の塩麴炒め	南瓜の煮付け	牛乳・せんべい
5 月	オレンジ	玄米ごはん	麩の味噌汁	豚肉の生姜炒め	わかめの酢の物	ミルク・アーモンドクッキー
6 火	かんぱん	玄米ごはん	豆乳入り味噌汁	鮭の醤油麴焼き	れんこんのきんぴら	みたらし団子・昆布
7 水	棒チーズ	雑穀入り玄米ごはん	さつま芋の味噌汁	鶏団子のすきやき煮	<small>チンゲン菜と油揚げのさつと煮</small>	ぶどうゼリー・いりこ
8 木	ふかし芋	玄米ごはん	豆腐のすまし汁	魚のゆかり揚げ	<small>大根とほうれん草の昆布和え</small>	フルーツヨーグルト
9 金	クラッカー	玄米ごはん	春雨スープ	さつま芋のかき揚げ	<small>納豆和え(切干大根・キャベツ・なめこ)</small>	チーズ焼きおにぎり
10 土	昆布	パン2種類	南瓜のクリームシチュー		バナナ	みかん・せんべい
12 月	手作り麩菓子	玄米ごはん	五目味噌汁	魚のカレー塩麴焼き	カリフラワーのマリネ	ミルク・ココアドーナツ
13 火	みかん	玄米ごはん	キャベツの味噌汁	マーボー豆腐	切干大根のナムル	ヨーグルト・ビスケット
14 水	かんぱん	雑穀入り玄米ごはん	豚汁	丸干し鰯	菜の花のお浸し	ミルクくずもち・昆布
15 木	いりこ	玄米ごはん	きのこの味噌汁	ほうれん草と南瓜のグラタン	大根の和風サラダ	きつねうどん
16 金	せんべい	玄米ごはん	水菜のすまし汁	魚の味噌煮	<small>納豆和え(春菊・醤油豆腐)</small>	大学芋・棒チーズ
17 土	昆布	ふきの炊き込みご飯	ごぼうの味噌汁	高野豆腐ときのこの含め煮	金時豆の煮豆	バナナ・牛乳
19 月	ビスケット	玄米ごはん	ニラの味噌汁	煮奴	春雨の酢の物	ミルク・黄粉の蒸しパン
20 火	バナナ	玄米ごはん	麩のすまし汁	魚の大葉とチーズのフライ	キャベツの中華風サラダ	黒ごまプリン・クラッカー
21 水						
22 木	棒チーズ	玄米ごはん	豆腐の味噌汁	魚のレモン焼き	ひじきの煮付	みかんゼリー・昆布
23 金	クラッカー	玄米きのこカレーピラフ	かつお出汁の中華スープ	鶏の塩麴唐揚げ	野菜のピクルス	ぼたもち
24 土	昆布	パン2種類	春野菜カレー		バナナ	りんご・せんべい
26 月	せんべい	玄米ごはん	南瓜の味噌汁	魚のすり身揚げ団子	中華大根	ミルクココア・抹茶のケーキ
27 火	かんぱん	おめでとう遠足～おかず入りのお弁当を持ってきて下さい～				お菓子・バナナ
28 水	りんご	雑穀入り玄米ごはん	白菜のすまし汁	<small>赤魚の中華風きのこわかめ蒸し</small>	キャベツの酢味噌和え	手作りカレーパン
29 木	ふかし芋	玄米ごはん	納豆汁	高野豆腐の揚げ煮	花野菜のちりめんかけ	<small>チーズ玄米ごはんの柚子味噌焼きおにぎり</small>
30 金	棒チーズ	玄米ごはん	切干大根の味噌汁	魚の照り焼き	卵の花の炒り煮	黒糖おさつ・いりこ
31 土	いりこ	アスパラ玄米ごはん	春野菜スープ	南瓜のチーズ焼き	ジャー豆	オレンジ・ビスケット



### 3月の献立より・・・



きく組さんは、保育園生活最後の給食・おやつになりますね。色んな食材に触れ、味わい、色んな経験をしてきたみんなはたくましく育っています。3月もたくさん食べて元気いっぱいここに笑顔で一年生になってほしいと思います。

そろそろ春の食材も出てきますね。保育園では、菜の花・ふき・あさり・いちごといった、春の食材を使った献立です。春の季節を感じ、五感が刺激され、食べることの喜びを味わって欲しいと思います。18日～24日は、春のお彼岸です。23日のおたんじょう会のおやつは、みんなが大好きなぼたもちを味わいます。



幸輪の子どもたちは、給食室からの“だし”の香りや給食が来ているおいしい香りがしてくると

- 「今日のごはんなぁに??」
- 「じゃ・・・おやつは??」
- 「いいにおいする!!!」
- 「なに作りよるとぁ!」
- 「早くたべたーい!」

と、次から次に給食室を見に来てくれます。そして、給食やおやつを食べ終わると「給食おいしかった!また作って!」「おいしい給食ありがとう!」

と、言ってくれます。給食を作っている私たちは、とても嬉しい気持ちになりました。

みんないつもありがとう!  
給食先生たちより

