

給食だより 3月号

2023 年度 すみれ保育園

早いもので、今年度も残すところ1か月となりました。食べられるようになったものがあったり、食べる量が増えたりとこの1年で大きく成長した子どもたちの姿をうれしく、頼もしく感じています。



そらぐみ 谷口先生より

今月の先生おすすめメニュー

3月の先生おすすめメニューは「あんかけチャーハン」です。いろいろな具材が入っていて、栄養満点です。ご飯にもたくさん具材が入っていて彩り豊かで、子どもたちも喜んで食べていました。14日に提供します。お楽しみに！



そらぐみ リクエストウィーク

11～15日はそらぐみリクエストウィークです。クラスみんなで話し合って今までの給食の中でもう一度食べたい好きな給食を決めてもらいました。卒園まであと少し、保育園の給食も残りわずかです。子どもたちに喜んでもらえるように、心を込めて作ります。お楽しみに！



ひなまつり

ひなまつりには昔からちらし寿司やはまぐりのお吸い物を食べる習わしがあります。

ちらし寿司のエビには「長生き」、レンコンは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という縁起担ぎがあります。

はまぐりは2枚の貝がらがぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。保育園では1日にひな祭りメニューを提供します



3月の行事予定

1日：ひなまつり

7日：誕生祝いメニュー

8日：お弁当箱の日

11～15日：そらぐみ リクエストウィーク

14日：先生おすすめメニュー

毎週水曜日：カムカムデー

3月献立表					
午前				1(金)ひなまつり	2(土)
昼食				牛乳、ビスケット ひなまつりごはん 鶏肉のごま漬け焼き レンコンの磯辺和え かぶの土佐和え 豆乳味噌スープ	せんべい 豚肉と油揚げの混ぜご飯 きゅうりスティック 野菜の味噌汁
午後				牛乳、しらすマヨおにぎり	せんべい、フルーツゼリー
4(月)		5(火)		6(水)カムカムデー	
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット
昼食	ブルコギ風丼 もやし中華サラダ 豆腐のスープ	ご飯 かぶと厚揚げのそぼろ炒め 納豆サラダ 小松菜のお味噌汁	菜の花とシラスのスープパスタ ちくわの甘辛炒め きゅうりとささみの切干サラダ	ご飯 さばのカレー揚げ キャベツの塩昆布サラダ 人参のさっぱり煮 白菜の味噌汁	ロールパン オーロラソースハンバーグ 小松菜ともやしのサラダ にんじんの甘煮 かぶのスープ
午後	牛乳、マカロニきな粉	ヨーグルト、せんべい	牛乳、いもち	リンゴジュース、チーズケーキ	牛乳、ひじきおにぎり
そらぐみリクエストウィーク！ ★はそらぐみさんリクエストメニューです。					
11(月)		12(火)		13(水)カムカムデー	
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット
昼食	☆厚揚げの和風カレー キャベツとりんごのサラダ ゼリー	ご飯 にんじんと豚肉のさっぱり煮 ほうれん草の白和え ☆豚汁	☆しょうゆラーメン ごぼうの中華サラダ ノリ塩ポテト	あんかけチャーハン 白菜の胡麻和え ☆春雨スープ	ご飯 鮭のみそマヨ焼き 小松菜とコーンのごま和え 大根のうま煮 そらぐみスペシャルスープ
午後	牛乳、おやつ焼きそば	ヨーグルト、せんべい	牛乳、ココア揚げパン	果物、せんべい、牛乳	牛乳、☆コーンフレークおこし
18(月)		19(火)		20(水)	
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	春分の日	牛乳、クラッカー	
昼食	ブルコギ風丼 もやし中華サラダ 豆腐のスープ	ご飯 かぶと厚揚げのそぼろ炒め 納豆サラダ 小松菜のお味噌汁		牛乳、ビスケット	
午後	牛乳、マカロニきな粉	ヨーグルト、せんべい		牛乳、ひじきおにぎり	
25(月)		26(火)		27(水)カムカムデー	
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット
昼食	かぶの炊き込みご飯 ほうれん草のしらす和え 大根のみそ汁	ご飯 にんじんと豚肉のさっぱり煮 ほうれん草の白和え かぼちゃと豆腐のスープ	ちゃんぽん ちくわの甘辛炒め きゅうりとささみの切干サラダ	ご飯 さわらのオイスターソース炒め 白菜の胡麻和え 春雨スープ	食パン、ジャム かぶのクリームシチュー ブロッコリーのハムサラダ
午後	牛乳、五平餅	ヨーグルト、せんべい	牛乳、いもち	果物、せんべい、牛乳	牛乳、コーンフレークおこし
28(木)		29(金)		30(土)	
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット
昼食	かぶの炊き込みご飯 ほうれん草のしらす和え 大根のみそ汁	ご飯 にんじんと豚肉のさっぱり煮 ほうれん草の白和え かぼちゃと豆腐のスープ	ちゃんぽん ちくわの甘辛炒め きゅうりとささみの切干サラダ	食パン、ジャム かぶのクリームシチュー ブロッコリーのハムサラダ	豚丼 じゃがいもスティック 豆腐すまし汁
午後	牛乳、五平餅	ヨーグルト、せんべい	牛乳、いもち	果物、せんべい、牛乳	牛乳、コーンフレークおこし

※果物は旬のものを使用しています。(りんご、みかん、いちご)

※ジャムは2～5歳児へ提供します。

※すみれ保育園では2週間のサイクルメニューを実施し、苦手な食材にも挑戦できるよう工夫をしています。