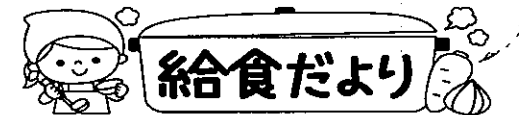


平成31年 3月予定献立表

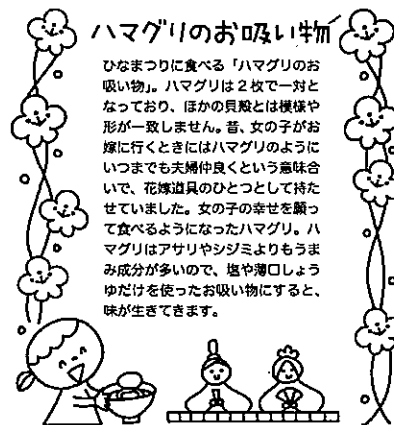
日曜	献立	おやつ		食材	エネルギー
		AM 未満児	PM 全園児		kcal
1 金	ちらし寿司 生揚げの煮物 すまし汁 くだもの	サブレ	麦茶 さくらもち	こめ たけのこ水菜 にんじん あぶらあげ たまご きざみのり 生揚げ こまつな はくさい いちご	未満児 508 以上児 599
2 土	玉子サンド ポテトサラダ 牛乳		飲み物 おやつ		
4 月	ごはん マーボー豆腐 和え物 中華スープ	ビスコ	野菜ジュース バームクーヘン	こめ 豚ひき肉 とうふ ねぎ もやし きゅうり にんじん たまねぎ あさつき	未満児 511 以上児 600
5 火	お別れ遠足		麦茶		
6 水	きのごカレーうどん チーズサラダ くだもの	野菜スティック	ジュア せんべい	ゆでうどん 鶏こま肉 たまねぎ しめじ えのき ししいけ エリンギ キャベツ チーズ オレンジ	未満児 509 以上児 599
7 木	わかめごはん エビフライ 大根とツナのサラダ たまねぎのみそ汁	コーンフレーク	牛乳 甘栗	こめ エビ ツナ たいこん スイートコーン きゅうり たまねぎ じゃがいも わかめ あさつき	未満児 509 以上児 605
8 金	食パン かぼちゃのキッシュ やさいスープ	フルーチェ	麦茶 おにぎり	食パン ほうれんそう たまねぎ かぼちゃ ロースハム ベーコン キャベツ にんじん	未満児 512 以上児 599
9 土	ごはん 揚げ物 和え物 みそ汁		飲み物 おやつ		
11 月	ごはん 生姜焼き 小松菜とさつま揚げのさつと煮 きのこのみそ汁	野菜チップス	白ぶどうジュース ビーノ	こめ 豚こま肉 たまねぎ もやし にんじん こまつな さつまあげ しいたけ しめじ じゃがいも ねぎ	未満児 508 以上児 601
12 火	ごはん 鶏のから揚げ ひじき煮 わかめと玉子の中華スープ	ブロックリー素	麦茶 煎じパン	こめ 鶏もも肉 ひじき にんじん あぶらあげ 大豆水菜 たまご たまねぎ えのき あさつき わかめ	未満児 512 以上児 600
13 水	ハムチーズサンド ポテトグラタン コーンスープ	チーズかまぼこ	牛乳 ビスケット	食パン ロースハム チーズ にんじん たまねぎ エビ じゃがいも スイートコーン マッシュルーム	未満児 511 以上児 604
14 木	五目ご飯 かぼちゃのそぼろあんかけ きゅうりの漬物 みそ汁	サブレ	麦茶 ゼリーフライ	こめ たけのこ水菜 にんじん しいたけ あぶらあげ かぼちゃ 鶏ひき肉 きゅうり たいこん はくさい ねぎ	未満児 508 以上児 598
15 金	醤油ラーメン 揚げシューマイ くだもの	ふかしざつま芋	麦茶 お菓生メニュー	中華めん 豚こま肉 もやし にんじん キャベツ ニら ねぎ シューマイ パナナ	未満児 509 以上児 601
16 土	ハムサンド スバゲティサラダ 牛乳		飲み物 おやつ		
18 月	ごはん 焼き魚 切り干し大根煮 豚汁	バナナチップス	フルーツ白玉	こめ さけ 切り干し大根 にんじん あぶらあげ 豚こま肉 たいこん にんじん とうふ はくさい	未満児 511 以上児 603
19 火	きつねうどん とり天 くだもの	プチダノン	麦茶 手作りクッキー	ゆでうどん あぶらあげ ほうれんそう ねぎ しいたけ なた 鶏むね肉 グレープフルーツ	未満児 509 以上児 601
20 水	シーフードカレーライス コールスローサラダ 福神漬け ぶどうゼリー	ふかしかぼちゃ	ヤクルト 兼手チップス	こめ じゃがいも たまねぎ にんじん エビ イカ あさり キャベツ スイートコーン 福神漬け ゼリー	未満児 512 以上児 601
21 木	春分の日				
22 金	ごはん ハンバーグ ブロックリーサラダ コンソメスープ	ウエハース	牛乳 マドレーヌ	こめ 豚ひき肉 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ブロックリー スイートコーン みずな	未満児 509 以上児 604
23 土	卒園式				
25 月	ごはん コロツケ きんぴらごぼう みそ汁	ビスコ	野菜ジュース せんべい	こめ じゃがいも ごぼう にんじん とうふ あぶらあげ	未満児 511 以上児 600
26 火	スープバゲティ ロールキャベツ煮 くだもの	サブレ	キャラットジュース ポテコ	スバゲティ ベーコン キャベツ マッシュルーム ブロックリー えのき 赤ピーマン 黄ピーマン たまねぎ 豚ひき肉 オレンジ	未満児 511 以上児 602
27 水	ハヤシライス マカロニサラダ フルーツポンチ	せんべい	ジュア かつえびせん	こめ 豚こま肉 にんじん たまねぎ しめじ マカロニ きゅうり ロースハム みかん缶 もも缶 パイン缶 りんご	未満児 509 以上児 604
28 木	ビビンバ 一口がんも煮 春雨スープ	ブリッツ	オレンジジュース ムーンライト	こめ 豚ひき肉 ねぎ もやし にんじん ほうれんそう たいこん がんも はくさい はるさめ	未満児 511 以上児 603
29 金	新年度準備の為 お休み				
30 土	ツナサンド ポテトサラダ 牛乳		飲み物 おやつ		



3月はひな祭りや卒園式など一年の中でもイベントが多い時期です。年長さんのリクエスト給食も始まります。どんな献立が思い出に残っているのが楽しみです。ほかのクラスのお友達もいろいろなものが食べられるようになってみんなで元気に進級です。

〇3月3日 ひな祭り〇

江戸時代中期に女の子の成長と将来の幸せを願う行事として、人形を飾り、ごちそうを楽しむ行事として定着したそうです。ひな壇の親王ひなの配置はかんとうでは左にお内裏様(男ひな)右におひな様(女ひな)を飾りますが、関西では逆になります。



ハマグリのお吸い物

ひなまつりに食べる「ハマグリのお吸い物」。ハマグリは2枚で一对となっており、ほかの貝類とは模様や形が一致しません。昔、女の子がお嫁に行くときにはハマグリのようにいつまでも夫婦仲良くという意味合いで、花嫁道具のひとつとして持たせていました。女の子の幸せを願って食べるようになったハマグリ。ハマグリはアサリやシジミよりうまみ成分が多いので、塩や薄口しょうゆだけを使ったお吸い物にすると、味が生きできます。

〇発達に合わせた食の自立〇 ~食事を楽しみ自ら進んで食べる乳幼児期の子どもの食育は、発達に合わせた食の自立を念願において進めることが大切です。授乳期の子どもは空腹を感じて鳴き声を上げ、信頼できる大人から母乳(ミルク)をのませてもらって空! 生後しばらくは飲みたいときに飲みだ! 次第に授乳間隔があき、離乳食が始まります。「お腹が空いて、食べる」自らすすんで食べるための第一条件です

☆さくらさん「リクエストメニュー」☆

- ・カレーライス
- ・鶏のから揚げ
- ・揚げシューマイ
- ・コンソメスープ
- ・豚汁
- ・ぶどうゼリー
- ・手作りクッキー



※午前おやつでは毎回カルシウム麦茶を提供しています。

※献立は材料の都合により変更する場合があります。

