

給食だよ!

子供の家幼稚園

3月の献立

月	火	水	木	金	土
		1 せんべい・牛乳	2 ヨーグルト	3 えんそく	4
		わかめご飯 ポークビーンズ りんごのサラダ 牛乳 ☆やきいも	ちらし寿司 チキンヒーロー ほうれん草のごまあえ ふのすまし汁・いちご ☆ひなあられ・ジュース	 ☆クロワッサン	スパゲティ・ナポリタン いんげんの和え物 コーンスープ ☆ばん
6 みかん缶・牛乳	7 蒸し芋・牛乳	8 せんべい・牛乳	9 プリン	10 パン・牛乳	11
とんじろうどん かぼちゃのそぼろ煮 フルーツヨーグルト ☆おにぎり	麦ごはん 鶏飯 ブロッコリーのマヨ和え バナナ・牛乳 ☆もちもちケーキ	雑穀米・赤だし 豚カツ カリフラワーサラダ 牛乳 ☆フレンチトースト	雑穀米・みそ汁 赤魚の煮つけ きんぴらごぼう 牛乳 ☆ヨーグルト蒸しパン	雑穀米・みそ汁 鶏肉のマーマレード焼き きゅうりと炒り卵サラダ 牛乳 ☆ちぢみ	食パン いちごジャム パンブキンシチュー 大根サラダ ☆おにぎり
13 バナナ・牛乳	14 チーズ	15 せんべい・牛乳	16 ヨーグルト	17 せんべい	18 卒園式
ゆかりご飯 ソーセージのポトフ さきいかのサラダ 牛乳 ☆焼きそば	麦ごはん シーチキンカレー れんこんのきんぴら もも缶・牛乳 ☆ほうれん草パン	雑穀米 マーボー豆腐 キャベツの中華サラダ バナナ・牛乳 ☆プリン・クッキー	雑穀米 キャベツと豚肉のみそ炒め トマトのサラダ 牛乳 ☆芋けんぴ	おたのしみ給食  ☆パウンドケーキ	 おめでとうございます(〜)
20 みかん缶・牛乳	21 傘	22 せんべい・牛乳	23 プリン	24 パン・牛乳	25
とんじろうどん かぼちゃのそぼろ煮 フルーツヨーグルト ☆おにぎり	春分の日	雑穀米・赤だし 豚カツ カリフラワーサラダ 牛乳 ☆フレンチトースト	雑穀米・みそ汁 赤魚の煮つけ きんぴらごぼう 牛乳 ☆ヨーグルト蒸しパン	雑穀米・みそ汁 鶏肉のマーマレード焼き きゅうりと炒り卵サラダ 牛乳 ☆ちぢみ	食パン いちごジャム パンブキンシチュー 大根サラダ ☆おにぎり
27 バナナ・牛乳	28 チーズ	29 せんべい・牛乳	30 ヨーグルト	31 フレーク・牛乳	
ゆかりご飯 ソーセージのポトフ さきいかのサラダ 牛乳 ☆焼きそば	麦ごはん シーチキンカレー れんこんのきんぴら もも缶・牛乳 ☆ほうれん草パン	雑穀米 マーボー豆腐 キャベツの中華サラダ バナナ・牛乳 ☆おにぎり	雑穀米 キャベツと豚肉のみそ炒め トマトのサラダ 牛乳 ☆芋けんぴ	麦ごはん ハヤシライス 切り干し大根サラダ もも缶・牛乳 ☆パウンドケーキ	

☆食材等の関係で献立が代わることもあります。 ☆おやつは預かり保育(延長)の子どもたちのみとなります。

3月です

2023年



今年度もいよいよ最後の月となりましたね。

子供たちが給食を通して、少しでも食に興味を持つことができたら嬉しいです。

黄組さんにとっては、残りわずかな幼稚園での給食の時間を楽しく過ごしてもらいたいと思っています(☆▽☆)

3月の行事食は・・・

2日(木) おひなさま給食

17日(金) おたのしみ給食〜子供たちに人気のあるメニュー

を用意しました。お楽しみに(☆▽☆)

主食 鮭わかめおにぎり・ジャムサンド

主菜 鶏肉のから揚げ・ハンバーグ

副菜 ブロッコリーゆで・人参のグラッセ

汁もの かぼちゃのスープ

デザート ババロア

こんなに食べていいのかしら?

☆おにぎり、サンドイッチ、から揚げ、ハンバーグは

ミニサイズ(いつものはんぷんの大きさ)で作ります。

子どもの「食」Q&A

Q. 1歳児へのおやつとの与え方は?

A. 1歳児に与えるおやつは「補食」と呼び、食事ではとりきれない栄養や食事を補う目的があります。乳製品、お好み焼きやおイモなど主食代わりになるもの、ビタミン類・水分の補給になる果物など、栄養バランスを考えながら与えてください。