



# 3月の給食



11日 お弁当の日★  
13日 お誕生日会★

今年度、最後の月となりました。

最後まで、元気に登園してきてください。

くぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
2	月	ごはん シーチキンとじゃが芋煮 チーズウインナーと野菜のカレー炒め みそ汁	米 じゃが芋 ツナ ウインナー にんじん キャベツ 玉ねぎ チーズ さとう しょうゆ みりん みそ カレー粉 しお	★手作りおやつ★ 【ピザ】
3	火	ごはん 鶏のから揚げ ごま和え 果物 卵汁	米 鶏のから揚げ きゅうり キャベツ 卵 みかん缶 さとう しょうゆ ごま	★手作りおやつ★ 【ひなまつり】
4	水	ごはん 肉うどん かぼちゃの煮物 じゃこの酢の物	米 うどん 牛肉 卵 ねぎ かぼちゃ じゃこ きゃべつ きゅうり しょうゆ さとう みりん す	おせんべい 煮干し 牛乳
5	木	ごはん さばのみそ煮 油揚げの酢の物 豆腐の中華風スープ	米 さば 油揚げ きゅうり キャベツ 豆腐 にんじん 玉ねぎ しいたけ かまぼこ しょうが さとう す しょうゆ みそ みりん	★手作りおやつ★ 【プリン】
6	金	カレーライス 果物 卵の酢の物 にんじんスープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん 卵 キャベツ きゅうり パイン缶 カレールー ケチャップ す さとう しょうゆ ソース	ヨーグルト ラムネ
7	土	★生活発表会★	みんながんばろうね♪	
9	月	そぼろ丼 ジャーマンポテト 果物 みそ汁	米 鶏ミンチ 卵 きゅうり じゃが芋 ベーコン にんじん 玉ねぎ チェリー缶 しょうゆ さとう みそ	★手作りおやつ★ 【アメリカンドック】
10	火	ごはん コロッケ ツナサラダ 野菜のみそ汁	米 コロッケ 玉ねぎ にんじん 大根 さつま揚げ ツナ キャベツ きゅうり みそ しょうゆ さとう す ごま油	★手作りおやつ★ 【焼きそば】
11	水	★お弁当の日★	何がはいつてるかな??	ビスケット 煮干し 牛乳
12	木	ハンバーグ マカロニサラダ 果物 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁	米 合びきミンチ にんじん 玉ねぎ マカロニ キャベツ きゅうり じゃが芋 みかん缶 卵 パン粉 みそ しょうゆ す マヨネーズ しお	★手作りおやつ★ 【ドーナツ】
13	金	ちらし寿司 ごま和え 果物 豆腐のみそ汁	米 しいたけ かんぴょう にんじん 三度豆 卵 チェリー缶 キャベツ きゅうり 豆腐 みそ しょうゆ さとう みりん す ごま	ヨーグルト ラムネ
14	土	★職員研修★		
16	月	ごはん シーチキンとじゃが芋煮 チーズウインナーと野菜のカレー炒め みそ汁	米 じゃが芋 ツナ ウインナー にんじん キャベツ 玉ねぎ チーズ さとう しょうゆ みりん みそ カレー粉 しお	★手作りおやつ★ 【ピザ】
17	火	ごはん さばのみそ煮 油揚げの酢の物 豆腐の中華風スープ	米 さば 油揚げ きゅうり キャベツ 豆腐 にんじん 玉ねぎ しいたけ かまぼこ しょうが さとう す しょうゆ みそ みりん	★手作りおやつ★ 【プリン】
18	水	ごはん 肉うどん かぼちゃの煮物 じゃこの酢の物	米 うどん 牛肉 卵 ねぎ かぼちゃ じゃこ きゃべつ きゅうり しょうゆ さとう みりん す	おせんべい 煮干し 牛乳
19	木	ごはん 鶏のから揚げ ごま和え イタリアンスパゲティ 卵汁	米 鶏のから揚げ 玉ねぎ にんじん ベーコン スパゲティ きゅうり キャベツ 卵 さとう しょうゆ ケチャップ ごま	★手作りおやつ★ 【にんじんケーキ】
20	金	カレーライス 果物 卵の酢の物 にんじんスープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん 卵 キャベツ きゅうり パイン缶 カレールー ケチャップ す さとう しょうゆ ソース	ヨーグルト ラムネ
21	土	★祝日★	★春分の日★	
23	月	そぼろ丼 ジャーマンポテト 果物 みそ汁	米 鶏ミンチ 卵 きゅうり じゃが芋 ベーコン にんじん 玉ねぎ チェリー缶 しょうゆ さとう みそ	★手作りおやつ★ 【焼きそば】
24	火	ごはん コロッケ ツナサラダ 野菜のみそ汁	米 コロッケ 玉ねぎ にんじん 大根 さつま揚げ ツナ キャベツ きゅうり みそ しょうゆ さとう す ごま油	★手作りおやつ★ 【フレンチトースト】
25	水	ごはん きつねうどん ひじきの五目煮 じゃこの酢の物	米 うどん 油揚げ ねぎ 卵 ひじき にんじん 五目豆 じゃこ キャベツ きゅうり しょうゆ さとう す みりん	ビスケット 煮干し 牛乳
27	金	カレーライス 果物 大根サラダ ベーコンと白菜のスープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん ツナ缶 キャベツ きゅうり パイン缶 カレールー ケチャップ す さとう しょうゆ ごま油	ヨーグルト ラムネ
28	土	わかめご飯 小芋煮 みそ汁	米 わかめ じゃこ ごま 小芋 玉ねぎ 人参 みそ	おせんべい 煮干し 牛乳

\*10時のおやつは、ヤクルトです。

\*仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合がありますが、ご了承下さい。



栄養ワンポイントアドバイス～一年間を振り返って～



今年度も残りわずかとなりました。この一年を振り返って、子どもたちの成長がたくさん見れたことと思います。

給食では、苦手なものが、食べられるようになったり、お箸が上手に持てるようになったり、それぞれの成長があったことと思います。

進学、進級まで、体調管理に気をつけて、楽しい給食の時間を過ごしてくださいね。

そして、3月は、春を無事に迎えられたことを喜び、これからも皆が元気で過ごせるようにと願う《ひな祭り》があります。

この日を彩る食べ物には、ちらし寿司、蛤の吸い物、ひなあられ、菱餅などがありますが、それぞれ、縁起の良い意味が込められています。

菱餅は緑、白、ピンクの3色の餅を菱形に切って重ねたもので、色の意味には、いくつかの説がありますが、緑は健康、長寿、白は清浄、ピンクは魔除けを意味しています。緑餅は、増血効果があるよもぎを混ぜ、白餅には血圧を下げる菱の実を混ぜ、ピンク餅は、解毒作用があるクちなシで色をつけています。