



給食室 おたより 3月号



早いもので、今年度も残すところあと一ヵ月となりました。日中は暖かい日も増え、春の訪れが感じられるようになってきました。一年間で心身ともに大きく成長した子どもたち。毎日の給食の中でも、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成長を感じます。



～にじ組・ゆり組 リクエストメニュー～

にじ組・ゆり組が保育園で給食を食べる日も、あと1ヶ月！！

そこで3月は、にじ組・ゆり組のお友だちに保育園の給食で好きなメニューを聞き、リクエストメニューとして献立に取り入れています。

<給食>

- ・カレーライス
- ・からあげ
- ・豆乳スープ
- ・ちゃんぽん麺
- ・マカロニグラタン

<おやつ>

- ・ぼこぼこクッキー
- ・雑炊
- ・大学芋
- ・ホットケーキ
- ・おにぎり

上記のメニューの他にもたくさん取り入れています。

楽しみにしててください！！



そだてよう！いのちにありがとう

お米の栽培

土作りから始めて食べられるお米になるまで、半年かけて大切に育てました！

ブロッコリーの栽培

「大きくなあれ！！」とみんなでおまじないをしたおかげで、かわいいブロッコリーが育ちました！！

切干大根作り

いつも食べている切干大根の、料理される前の姿にびっくり！！自分たちで作った切干大根は格別においしかったね！



栽培やクッキング活動を通して、野菜が育っていく様子や育てることの難しさなどたくさんの学びや発見がありました！！また、自分たちで作ることを通して命に触れ作ってくれる人に対して感謝する気持ちも大きく育ってくれたのではないのでしょうか。一緒に活動をする中で子ども達との距離も縮まり、給食室に来てくれる機会も増えたように感じます。子ども達との関わりを大切にしながら、食への興味へつながる活動をこれからも続けていきたいと思っております！！



3月のよていこんだて

2019年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
2 16 月	昼食	ごはん おでん風煮 白菜のみそ汁	米 こんにゃく、砂糖	鶏肉、さつまいも、厚揚げ、ちくわ、昆布 みそ	大根、人参 白菜、玉ねぎ、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
3 火	昼食	パン 魚のチーズ風味焼き ブロッコリーのごま塩サラダ かぶの豆乳スープ	食パン、ジャム パン粉、マーガリン ごま、ごま油 油	魚、粉チーズ 豆乳	パセリ、バジル ブロッコリー、人参 かぶ、玉ねぎ、人参	塩こしょう 塩 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	梅おかかおにぎり	米	かつお節	梅干し	しょうゆ
4 18 水	昼食	ごはん からあげ 青菜のポン酢和え 大根のみそ汁	米 小麦粉、片栗粉、油 砂糖	鶏肉 ちりめんじゃこ 油揚げ、みそ	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 大根、人参	しょうゆ、みりん、酒 ポン酢 だしパック、煮干し
	午後おやつ	ココアクリームトースト 牛乳	食パン、砂糖、コーンスターチ	牛乳 牛乳		ココア
5 19 木	昼食	ごはん 魚のみそ煮 ひじきのビタミンサラダ そうめん汁	米 砂糖 砂糖、油 そうめん	魚、みそ ひじき、大豆水煮 昆布	しょうが 人参、ほうれん草、パプリカ 玉ねぎ、人参	しょうゆ、みりん、酒 だしパック、しょうゆ、酢 しょうゆ、みりん、塩
	午後おやつ	ぼこぼこクッキー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン、コーンフレーク	卵 牛乳		ベーキングパウダー
6 金	昼食	肉うどん 豆腐チャンプルー	うどん、砂糖 ごま油	豚肉、昆布 豆腐、ツナ缶	玉ねぎ、青ねぎ 玉ねぎ、人参、小松菜、もやし	花かつお、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、塩こしょう
	午後おやつ	カルピスゼリー くだもの 牛乳	砂糖	牛乳	くだもの	カルピス、ゼラチン
7 土	昼食	チキンライス ポトフ くだもの	米、マーガリン、油、砂糖 じゃがいも	鶏肉 ウインナー	玉ねぎ、ピーマン、コーン缶 人参、キャベツ くだもの	ケチャップ、コンソメ コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
9 23 月	昼食	ごはん チャプチェ 豆腐の中華スープ	米 春雨、砂糖、ごま、ごま油 油	豚肉 豆腐、わかめ	玉ねぎ、人参、ニラ、パプリカ 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	いもけんぴ くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	いもけんぴ
10 24 火	昼食	パン マカロニグラタン ミネストローネ くだもの	食パン、ジャム マカロニ、小麦粉、マーガリン、パン粉 砂糖、油	鶏肉、牛乳、スキムミルク、チーズ	玉ねぎ、しめじ、ほうれん草 玉ねぎ、人参、キャベツ、トマト缶 くだもの	コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	雑炊 牛乳	米	卵、ちりめんじゃこ 牛乳	白菜、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、塩
11 25 水	昼食	ごはん 魚の照り焼き 五目豆煮 かぼちゃのみそ汁	米 砂糖、片栗粉 こんにゃく、砂糖	魚 大豆水煮、昆布 みそ	しょうが 人参、れんこん かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	大学いも 牛乳	さつまいも、砂糖、黒ごま、油	牛乳		しょうゆ、みりん
26 木	昼食	ちゃんぽんめん 大根サラダ	中華めん、油 砂糖	豚肉 ツナ缶、わかめ	白菜、もやし、玉ねぎ、人参、きくらげ 大根、人参、きゅうり	シャンタン、しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう しょうゆ、酢
	午後おやつ	きなこ団子(乳児:きなこマカロニ) 牛乳	白玉粉(乳児:マカロニ)、砂糖	豆腐、きなこ 牛乳		塩
13 27 金	昼食	チキンカレーライス フレンチサラダ	米、じゃがいも、油 砂糖、油	鶏肉 かにかま	玉ねぎ、人参、小松菜 キャベツ、人参、ブロッコリー	カレールー 酢、塩こしょう
	午後おやつ	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス	卵、牛乳 牛乳		ケーキシロップ
14 土	昼食	煮込みうどん じゃがいものきんぴら	うどん じゃがいも、ごま、ごま油	鶏肉	玉ねぎ、人参、小松菜 人参、ピーマン	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

* 毎週月曜日・・・礼拝 毎週火曜日・・・体育あそび

* 3/6(金)おわかれ遠足(年長)

* 3/12(木)お誕生会 メニュー:ミートスパゲッティ、エビフライ、添え野菜、オニオンスープ、くだもの (おやつ)カップケーキ、牛乳

* 3/17(火)おわかれパーティー メニュー:ハヤシライス、フレンチサラダ (おやつ)手作りクッキー、牛乳

* 3/21(土)卒園式(家庭保育・療育にご協力ください)

