



3月の献立表



☆葉山保育園☆

日	曜日	10時のおやつ (未満児)	離乳食	昼食	3時のおやつ	離乳食おやつ
1	水	スキムミルク	ハンバーグ	胚芽パン、チーズハンバーグ、フライドポテト、ブロッコリー、コーンスープ	あずきクリームケーキ 牛乳	乳児用菓子
2	木		煮込みうどん	五目うどん、ちくわ揚げ、イチゴ	かぼちゃクッキー 牛乳	かぼちゃクッキー
3	金		野菜おじや	♪おひな様ランチ♪ ～ちらし寿司、五目きんぴら、すまし汁、カップデザート～		ロールケーキ 牛乳
4	土		野菜おじや	ハヤシライス、ブロッコリー、ヨーグルト	菓子、ぶどうジュース	乳児用菓子
6	月	スキムミルク	挽肉と野菜の煮物	オムライス、フレッシュサラダ、白菜と肉団子のスープ	りんご、菓子、麦茶	りんご
7	火		車麩の煮物	塩鮭の混ぜ御飯、ホイコーロー、すまし汁、乳酸菌飲料	黒糖ラスク、牛乳	ラスク
8	水		味噌うどん	味噌ラーメン、焼き餃子、みかん	おかかチーズおにぎり or、 わかめおにぎり、牛乳	おかかおにぎり
9	木		野菜おじや	白飯、鶏の唐揚げ・ねぎソースかけ、かぼちゃサラダ、けんちん汁	ケーキ、麦茶	バナナスティック ケーキ
10	金		ほうれん草ソテー	切干大根入りピビンバ、バンバンジー、味噌汁、ミッキーチーズ	フレンチトースト 牛乳	フレンチトースト
11	土		野菜おじや	カレーライス、ブロッコリー、ヨーグルト	菓子、野菜ジュース	乳児用菓子
13	月	スキムミルク	豆腐団子	食パン(メープル or チョコクリーム)、豆腐入りが蒸し、もやしとツナのナムル風、味噌汁	【カムカムデー】 干し芋、菓子、牛乳	乳児用菓子
14	火		納豆と挽肉のそぼろ煮	納豆と挽肉の甘辛丼、大根サラダ、スープ	小松菜マフィン、牛乳	小松菜マフィン
15	水		魚の西京焼き	押麦御飯、魚の西京焼き、枝豆入りひじきの煮物、卵焼き、すまし汁	手作りポテトチップス、牛乳	ポテトおやき
16	木		煮込みパスタ	エビのトマトクリームスパゲッティ、伴三絲、スープ、パインコンポート	肉まん、牛乳	ホットケーキ
17	金		野菜のクリーム煮	カレーライス、きゅうりとちくわの酢の物、味噌汁、 りんごゼリー or ぶどうゼリー	パンバイキング、牛乳	乳児用菓子
18	土		< 第 47 回 卒 園 式 >			
20	月	スキムミルク	野菜おじや	ロールパン、クリームシチュー、野菜サラダ、チキンナゲット	焼きおにぎり、牛乳	野菜おやき
21	火		< 春 分 の 日 >			
22	水	スキムミルク	スクランブルエッグ	タコライス、ブロッコリーのマヨネーズ和え、すまし汁、バナナ	スイートポテト、牛乳	スイートポテト
23	木		野菜の中華風煮	【カムカムデー】 五目焼きそば、ヨーグルト、ワンタンスープ、味付小魚	ホットケーキ、牛乳	ホットケーキ
24	金		納豆団子	白飯、納豆の揚げ団子、わかめサラダ、味噌汁	メロンパン、牛乳	乳児用菓子
25	土		野菜おじや	ふりかけ御飯、ミートボール、ブロッコリー、ヨーグルト	菓子、りんごジュース	乳児用菓子
27	月	スキムミルク	煮込みうどん	たぬきうどん、コーンコロッセ or かぼちゃコロッセ、スティックチーズ	お好み焼き、牛乳	蒸しパン
28	火		挽肉のトマト煮	チキンカレー、チョレギサラダ、スープ、洋梨コンポート	エクレア、牛乳	バナナスティック ケーキ
29	水		ツナソテー	わかめしらす御飯、切干大根の煮物、すまし汁	菓子、牛乳	乳児用菓子
30	木		炒り豆腐	焼き豚チャーハン、チンジャオロース、味噌汁	菓子、牛乳	乳児用菓子
31	金		野菜おじや	< 新年度準備の為、お弁当持参のご協力をお願いします >		

離乳食は後期の主菜を載せています。この他にもう一品とお粥、汁物を提供しています。

もも組では、チョコ・カスタードは提供していません。代替品を提供しています。

<今月の目標>

- ・当番活動は最後まで責任を持って行いましょう。
- ・一年間の自分の身長・体重の伸びを知りましょう。
- ・一年間の給食を振り返りながらクラスで食事をし、楽しい雰囲気味わいましょう。
- ・じゃが芋の植え付けを行い、じゃが芋の成長過程に興味を持ちましょう。

<今月のお楽しみ>

- 3日(木)♡ひな祭り会♡
ちらし寿司でお祝いします♪
- 9日(木)♡スマイルデー♡
お昼は鶏の唐揚げ・ねぎソースかけ、
おやつはケーキでお祝いします☆
お楽しみに～♪

赤字…行事食

緑字…セレクトメニュー

となっています☆

日に日に厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。いよいよ、今年度も残りあとわずか。この一年で大きく成長した子どもたちの姿に頼もしさを感じます。また、苦手なものでも頑張ってお食べしようとする姿も見られ嬉しい気持ちでいっぱいです!!
今月は卒園するきく組さんのリクエストメニューになっています☆保育園最後の給食もたくさん食べてね!!

♪きく組のお友達に聞きました♪
『保育園の給食・おやつで好きなメニューは何ですか?』

給食ランキング

- 1位…唐揚げ
- 2位…カレーライス
- 3位…うどん
- その他…パンバイキング、魚の西京焼き、タコライス、ハンバーグ、エビのトマトクリームスパゲッティ、ちくわ揚げ、フライドポテトなど

おやつランキング

- 1位…干し芋
- 2位…スイートポテト、チョコケーキ
- 3位…メロンパン
- その他…エクレア、ホットケーキ、焼きおにぎり、ポテトチップス、みかん、いちご、バナナ、りんご、わかめおにぎり、おなかチーズおにぎりなど

2月の食育風景

きく組のみんな、たくさんリクエストしてくれてありがとう♡
『今日の給食おいしかったよ』と声を掛けてくれたきく組さん。とっても嬉しかったよ!!
小学校へ行って好き嫌いをしないで給食を食べて大きくなってね(*~*)

バレンタインバーグには豚挽肉の他に豆腐やおからも入っているので栄養満点です☆
ポテトサラダはハート型の人参を添えました!!

ハートチュロスはチュロスの生地ミルクココアを混ぜ合わせてハート型に絞り出し、オーブンで焼き上げました!!子どもたちに好評のおやつです♡

2/3は『豆まき会』でした!!お昼は青のりで味付けした青オニさんと鮭フレークで味付けした赤オニさんを作り、オニライスにしました☆おやつはマドレーヌにホイップを絞り髪の毛に見立て、チョコペンで目と口を描き、アポロチョコを飾って角にしました!!
かわいいオニさんケーキの出来上がりです(^)/

2/14は『バレンタインデー』でした♡
メニューはロールパン・バレンタインバーグ・ハート入りポテトサラダ・スープ、おやつはハートチュロスでした(^_-)☆

この日の離乳食のメニューは豆腐ハンバーグと野菜のクリーム煮でした。
離乳食もハート型のハンバーグにしてみました!!



3月の献立は卒園するきく組のお友達の
リクエストメニューです!!
好き嫌いをしないで、毎日たくさん給食を
食べてくれたきく組さん♪保育園生活
最後の給食もたくさん食べてね~☆

♪きく組のお友達に聞きました♪『保育園の給食・おやつで好きなメニューは何ですか?』

給食ランキング

おやつランキング

1位 🏆 五目うどん・魚の西京焼き

手作りポテトチップス

2位 🏆 タコライス

きな粉ラスク・アイス

3位 🏆 ハヤシライス・焼きそば

胡麻ラスク

その他... きつねうどん、ローストチキン、
魚のコーンフレーク焼き、唐揚げなど

ツナサンド、肉まん、チュロス、
クレープ、干し芋、ココア揚げパンなど



ランキングの中から人気のあるメニューのレシピを紹介します♪
お家でもぜひ、作ってみてください!!

~タコライス~

<材料 4人分>

米…適量	料理酒…大さじ1
レタス…1/2個	カレー粉…少量
豚挽肉…300g	ケチャップ…大さじ3
玉葱…1/2個	ウスターソース…大さじ3
すりおろしにんにく…少量	チーズ(角切り)…適量
油…小さじ1	

<作り方>

- ①米は洗って炊飯器で炊く。
- ②レタスはよく洗い、細めのせん切りにする。
- ③玉葱はみじん切りにする。
- ④フライパンに油を敷き、豚挽肉を炒め酒をかける。③を加えてさらに炒める。
- ⑤少量の水を加え玉葱がやわらかくなるまで煮る。
- ⑥カレー粉、ケチャップ、ウスターソースを入れ調味する。
- ⑦お皿にご飯を盛り、水気を切ったレタスと⑤をのせ、チーズをちらす。

~魚の西京焼き~

<材料 4人分>

白身魚(冷凍)…4切れ	砂糖…大さじ1
味噌…大さじ2	料理酒…小さじ1
みりん…大さじ1	

<作り方>

- ①白身魚は180℃のオープンまたはトースターで10分焼く。
- ②調味料を混ぜ合わせる。
- ③魚を一度取り出し、②のソースを塗って、焦げ目がつくまでさらに焼く。

