



# 3月の献立表



☆葉山保育園☆

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
	2	3	4	5	6	7
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	
きゅうしょく	・ハヤシライス ・ポパイサラダ ・スープ ・にゅうさんきん いんりょう	♡おひなさま ランチ♡ ・ちらしずし ・ごもくきんぴら ・すましじる ・カップデザート	・しょくパン (チョコorオレンジ) ・さかなの カレーマヨやき ・はるさめと ひきにくの いためもの ・みそしる	【スマイルデー】 ・もちむぎごはん ・とりのからあげ ねぎソースがけ ・マカロニサラダ ・スープ	【カムカムデー】 ・ごもくやきそば ・ヨーグルト ・ワタンスープ ・あじつきこざかな	・ふりかけごはん ・とりのからあげ ・ブロッコリー ・ヨーグルト
3じのおやつ	・ゴマラスク ・ぎゅうにゅう	・クレープ ・カルピス	・やきおにぎり ・ぎゅうにゅう	・ケーキ ・むぎちゃ	・アップルパイ ・ぎゅうにゅう	・かし ・りんごジュース
	9	10	11	12	13	14
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	
きゅうしょく	・オニさんカレー ・チキンナゲット ・すましじる ・やさいジュース	・あんかけラーメン ・やきぎょうざ ・みかん	・おしむぎごはん ・さかなの さいきょうやき ・えだまめいり ひじきのにももの ・たまごやき ・スープ	・ナン ・レバーいり キーマカレー ・もやしとツナの サラダ ・みそしる	・タコライス ・ブロッコリーの マヨネーズあえ ・すましじる ・バナナ	〈第50回卒園式〉 
3じのおやつ	・たまごサンド ・ぎゅうにゅう	・リングドーナッツ ・ぎゅうにゅう	・フルーツヨーグルト ・むぎちゃ	・オニさんプリン ・かし・むぎちゃ	・プチシュークリーム ・ぎゅうにゅう	
	16	17	18	19	20	21
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	・しょくパン (いちごor ブルーベリー) ・さかなのムニエル プロバンスふう ・ばんさんすう ・すましじる	・マーボーうどん ・ちくわあげ ・アップル コンポート	・ハンバーガー ・ハッシュドポテト ・ブロッコリー ・コーンスープ	・はくはん ・ぶたにくの ねぎだれやき ・かぼちゃのサラダ ・みそしる ・スティックチーズ	しゅんぶんのひ 	・わかめごはん ・ミートボール ・ブロッコリー ・ヨーグルト
3じのおやつ	・メープルプチケーキ ・ぎゅうにゅう	・きなこラスク ・ぎゅうにゅう	【カムカムデー】 ・あじつきこざかな ・かし・ぎゅうにゅう	・チーズむしパン ・ぎゅうにゅう		・かし ・やさいジュース
	23	24	25	26	27	28
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	
きゅうしょく	・ふりかけごはん ・きりぼしだいこんの にももの ・ミートボール ・みそしる	・たぬきうどん ・かぼちゃコロケ ・ミッキーチーズ	・はくはん ・さかなの バ-ハ-キ-リスがけ ・ポテトサラダ ・スープ	・しょくパン (メープルorりんご) ・クリスピーチキン ・ごまずあえ ・すましじる ・ようなしコンポート	・レタスチャーハン ・チンジャオロース ・みそしる ・あまなつみかん	お弁当の持参に ご協力を お願いします
3じのおやつ	・メロンパン ・ぎゅうにゅう	・カステラサンド ・ぎゅうにゅう	・ヨーグルトムース ・むぎちゃ	・アメリカンドッグ ・ぎゅうにゅう	・きなこあげパン ・ぎゅうにゅう	・かし ・ぶどうジュース
	30	31	<p>〈今月の目標〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・当番活動は最後まで責任を持って行いましょう。</li> <li>・一年間の自分の身長・体重の伸びを知りましょう。</li> <li>・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。</li> </ul>		<p>〈今月のお楽しみ〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・3日(火) ☆ひな祭り会☆ お昼はおひなさまランチです♪</li> <li>・5日(木) ☆スマイルデー☆ お昼は鶏のから揚げネギソースです。 おやつはケーキでお祝いします☆</li> </ul> <p>お楽しみに〜♪</p>	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク				
きゅうしょく	・きのこのクリーム スパゲッティ ・もやしとツナの ナムルふう ・スープ ・ぶどうor りんごゼリー	お弁当の持参に ご協力を お願いします				
3じのおやつ	・チョコチップパン ・ぎゅうにゅう	・かし ・ぎゅうにゅう				

※10時のおやつは0・1・2歳児クラスのみです。※もも組・たんぽぽ組ではチョコ・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。※都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。



赤字…行事食  
緑字…セレクトメニュー  
となっています☆

木々や花々が芽吹き始め、春の訪れを感じる季節です。今年度も残りあとわずかとなりました。子どもたちはこの一年でいろいろな物を食べられるようになり、苦手なものでも頑張っって食べようと成長した姿も見られ、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。みんなが大好きな給食を、心を込めて作りたいと思いますので楽しみにしててくださいね♡

♪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?』



好きな給食

- 鶏のから揚げ
- ニコちゃんポテト
- 魚のコーンフレーク焼き
- カレーライス
- ナンとキーマカレー
- チキンナゲット
- 魚の西京焼き
- マカロニサラダ
- もち麦ごはん
- ラーメン
- タコライス
- ポパイサラダ
- パンとチョコ&オレンジ
- スパゲッティー
- きのこクリームスパゲッティー
- ふりかけ
- ギョウザ

- すまし汁
- 豚肉の生姜焼き
- 豚肉のねぎだれ
- 魚のカレーマヨ焼き
- 魚のバーベキューソースがけ
- きつねうどん
- 焼きそば
- ハヤシライス
- オムライス
- 節分ランチ
- チャーハン
- ハンバーガー
- ポテトサラダ
- もやしとツナのサラダ
- かぼちゃサラダ
- ミートボール
- コーンスープ 他

好きなおやつ

- フルーツヨーグルト
- オニさんプリン
- ドーナッツ
- 味付小魚
- いちごケーキ、ケーキ
- きなこ揚げパン
- アメリカンドッグ
- 卵サンド
- プリンパフェ
- メロンパン
- 焼きおにぎり
- ワッフル
- カステラサンド
- アップルパイ
- バナナチョコケーキ
- きなこラスク
- メープルプチケーキ
- ヨーグルトムース
- チーズ蒸しパン
- ゴマパン
- パインコンポート
- りんご
- 梨
- すいか
- いちご
- みかん
- ぶどうゼリー
- りんごゼリー
- プリン
- スティックパン
- 菓子
- 牛乳 他



いつも『給食おいしかったよ』と声を掛けてくれてとっても嬉しかったよ (\*^\_^\*)  
 小学校へ行っても給食をきちんと食べて、元気いっぱいいろいろな事にチャレンジしてね!



親子で一緒に確認しよう! お家で「できたね!」と声をかけながらチェックしてみてください。

- 食事の前に手を洗う
- 「いただきます」「ごちそうさま」がいえる
- きちんと座って姿勢よく食事ができる
- スプーンやお箸を正しく使うことができる
- よく噛んで味わって食べることができる
- 好き嫌いしない、嫌いなものも「少しだけ」食べられる
- 簡単な片付けができる
- 食べ物や、作ってくれる人に「ありがとう」の気持ちが持てる
- みんなで楽しく食事ができる

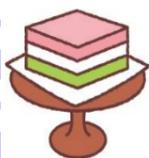
食事マナーは、すぐに身につくものではありません。「できた!」をたくさん見つけてほめてあげることが大切です。小さな成長を一緒に喜びましょう!



3月3日は  
 ひな祭り



ひな祭りは、女の子の健康と幸せを願う日です。お雛様を飾ったり、ちらし寿司やひなあられを食べたりします。



ひしもち  
 桃色…桃の花の色  
 白色…雪の色  
 緑色…草などの芽吹きの色

雪の下に新芽が芽吹き、きれいな花が咲く、春の情景を表しています



ひなあられ  
 桃色…春 黄色…秋  
 緑色…夏 白色…冬

4つの色で春夏秋冬を表し、一年中元気で幸せに過ごせるようにとの思いが込められています