

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	あつという間に今年度も残り1か月となりました。1年間で食べる量が増えたり、箸やフォークを上手に使えるようになったりと成長を感じます。年長組のひまわり組さんは保育園で過ごす時間もあと少しですね。寂しいですが、残りの1か月も給食を喜んでもらえるように作っていきたいと思います！ 来年度も美味しい給食を作っていきますのでよろしくお祈りします😊					
食				1 牛乳 塩せんべい	2 牛乳 塩せんべい	
食				さけと卵のちらし寿司 はまぐりのお吸い物 チューリップ唐揚げ ブロッコリーツナ和え 練乳苺ケーキ・カルピス	あんかけうどん さつまいもマヨサラダ バナナ お茶	
午後				牛乳 元気ヨーグルト	牛乳 メンコちゃんゼリーとおかし	
午前	4 牛乳 ドーナツ	5 牛乳 塩せんべい	6 牛乳 醤油せんべい	7 牛乳 ビスコ	8 牛乳 源氏パイ	9 牛乳 塩せんべい
食	みそラーメン(もやし)♪ 納豆和え オレンジ お茶	御飯・中華スープ(オクラ) 八宝菜 アスパラバター醤油炒め はっさく お茶	御飯・みそ汁(大根) とんかつ♪ きんぴらごぼう いちご お茶	御飯・すまし汁(筍) さけのちゃんちゃん焼き ブロッコリー白和え キウイフルーツ お茶	ロールパン コーンシチュー 小エビのサラダ バナナ お茶	チャーハン(ハム) 豚汁 じゃがいもケチャップ煮 バナナ お茶
午後	牛乳 おにぎり(じゃこおかか)	牛乳 ほうれん草クッキー	牛乳 クリームブッセ	牛乳 バナナケーキ	牛乳 焼きビーフン	牛乳 メンコちゃんゼリーとおかし
午前	11 牛乳 バームクーヘン	12 牛乳 塩せんべい	13 牛乳 ビスケット	14 牛乳 塩せんべい	15 牛乳 醤油せんべい	16 牛乳 塩せんべい
食	肉みそ坦うどん(汁あり) にんじんのツナサラダ バナナ お茶	かつ巻き・納豆巻き いなりずし・チャーハン キーマカレー・ナン 鶏のから揚げ・えびフライ ほうれん草のツナ和え コールスローサラダ みかん・いちご・お祝いゼリー	御飯・納豆汁(里芋) さわらの西京漬焼き キャベツのしらす煮 キウイフルーツ お茶	御飯・わかめスープ マーボー厚揚げ もやしナムル ジョア(いちご) お茶	ここにこランチデー	ビーフカレーライス キャベツサラダ オレンジ お茶
午後	牛乳 ケチャップライス	牛乳 お祝いケーキ	牛乳 ミートサンドイッチ	牛乳 クラッカーのマシュマロサンド	牛乳 苺クレープ	牛乳 メンコちゃんゼリーとおかし
午前	18 牛乳 クッキー	19 牛乳 塩せんべい	20	21 牛乳 醤油せんべい	22 牛乳 塩せんべい	23 牛乳 塩せんべい
食	醤油ラーメン(麩) 切干大根と豆腐サラダ オレンジ お茶	御飯・みそ汁(あさり) キャベツのコロッケ ひじきの煮物 いちご お茶	春分の日	御飯・みそ汁(切干大根) ぶりのから揚げ 菜花と人参のごま和え キウイフルーツ お茶	チキンチーズカレー アスパラの煮びたし はっさく お茶	厚揚げの中華丼 中華スープ(えのき) かぼちゃの甘煮 バナナ お茶
午後	牛乳 あさりごはん(ひじき)	牛乳 おやつ小魚・フライド人参		牛乳 おはぎ(きな粉)	牛乳 カップケーキ・青菜	牛乳 メンコちゃんゼリーとおかし
午前	25 牛乳 ビスケット	26 牛乳 塩せんべい	27 牛乳 醤油せんべい	28 牛乳 塩せんべい	29 牛乳 ブッセ	
食	納豆パスタ きりたんぼ汁 おくらと海老のおかか和え バナナ お茶	タコライス 卵スープ 春のコンソメ煮 オレンジ お茶	わかめ御飯・五目みそ汁 豆腐ハンバーグ(ひじき) ちくわピーマン炒め キウイフルーツ お茶	御飯・おかず汁(鶏肉) さばみりん焼き じゃが芋カレー醤油炒め オレンジ お茶	シーフードハヤシライス 桜シューマイ いちご お茶	厨房内消毒・清掃 メンテナンスのため 給食はお休みさせていただきます。 ご了承お願い致します。 お弁当をお願い致します。
午後	牛乳 鮭マヨおにぎり	牛乳 苺シュークリーム	牛乳 大学芋	牛乳 フルーツパン	牛乳 お花のゼリー	

**ひな祭り**  
3月3日のひな祭りは、女の子の健やかな成長を願って行われる季節の行事です。旧暦の3月3日は梅が咲き終わり、桃の花がちょうど咲く時期のため、「桃の節句」とも呼ばれます。ちらし寿司やひなあられなどを食べることが多いです。ちらし寿司は、縁起の良い具材を多く使っていて、見た目も華やかなのでひな祭りで食べられるようになったそうです。ひなあられは、使われている白や黄色、緑、ピンクは四季を表していると言われていて、子どもの成長を願うものとされています。

**1年間の食事を振り返ってみよう**  
この1年を通して、どれだけ旬の食材を味わえたでしょうか？献立を作る際に取り入れるようにしています。旬の味を知ることによってそれぞれの食材が持つおいしさをこれからも伝えていけたらと思います。また、三食の食事のバランスや食事のマナーは守っていたでしょうか？ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう！

**進級するみなさんへ**  
早いもので今のクラスで過ごすのも残り1か月となりました。クラス別に時間を変更しながら給食を提供していますが、進級に向けて3月後半から、4月以降のクラスの時間で提供していきます。スプーン、フォーク、箸の使い方を園でも教えていますが、進級に向けてご家庭でも練習を進めていただけたらと思います😊

1日：ひな祭り 🎎・誕生会 🎂  
7日：さかなの日 🐟  
8日：さやえんどうの日 🍓  
13日：サンドイッチの日 🍞  
12日：お別れバイキング(ありがたの気持ちを込めて好きなメニューをたくさん用意しています)  
14日：ホワイトデー・マシュマロの日  
15日：ここにこランチデー 😊(食べきれぬ量のお弁当の用意をお願いします。)  
🌸 今月もリクエストメニューを取り入れています♪

\*物資の都合により内容を変更する場合があります。

**3月の栄養価**  
エネルギー：491 Cal  
たんぱく質：18.5g  
脂質：16.4g  
カルシウム：277g  
塩分：1.3g

