

3月の給食だより

にまいばしこども園

日	曜日	昼食	おやつ	加り-	たんぱく質	脂質	塩分
1	土	手作り弁当・スープ(人参・わかめ)・バナナ	パームクーヘン				
3	月	雛祭りお誕生日会 🌸 3歳以上児はお箸のみ持たせてください。	お楽しみ	458	19.4	9.7	1.0
4	火	野菜入り卵焼き・わかめとしめじのサラダ・トマト・スープ(玉葱・マッシュルーム)・オレンジ	チーズ餃子・お茶	358	14.5	23.9	1.8
5	水	鮭のミルク煮・ほうれん草の胡麻和え・胡瓜・すまし汁(白菜・水煮筍)・バナナ	カルピスゼリー	353	22.2	16.2	1.7
6	木	鶏唐マリネ・ブロッコリーサラダ・キャンディチーズ・スープ(しめじ・コーン)・パン	焼きそうめん・お茶	400	17.8	21.5	1.9
7	金	お別れ会 🌸 3歳以上児はお箸のみ持たせてください。	2色フルーチェ	472	17.0	14.6	1.7
8	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ・板ふ)・オレンジ	バナナスティック				
10	月	鯖のおろし煮・キャベツの華風和え・ミニトマト・みそ汁(椎茸・油揚げ)・グレープフルーツ	ミルクサンド・スキムミルク	454	23.5	18.7	1.6
11	火	すき焼風煮・もやしのナムル・粉ふき芋・すまし汁(卵豆腐・ニラ)・キウイ	ミートソース・お茶	371	17.8	17.8	1.8
12	水	おにぎりの日 🍣 鱈の変わり揚げ・白菜の甘酢和え・コーン・みそ汁(舞茸・小松菜)・パン	いちご蒸しパン・お茶	391	14.4	17.0	1.4
13	木	ポテトグラタン・海草サラダ・ゆかり大根・スープ(ピーマン・えのき)・オレンジ	チキンライス・お茶	424	13.6	10.0	1.6
14	金	大根のそぼろ煮・わかめとツナのサラダ・ブロッコリー・すまし汁(厚揚げ・長葱)・デコボン	ヨーグルトドーナツ・お茶	406	18.6	21.7	1.9
15	土	手作り弁当・スープ(大根・わかめ)・グレープフルーツ	フルーツゼリー・源氏パイ				
17	月	魚のマヨネーズ焼き・糸こんにゃくの炒め煮・胡瓜・みそ汁(絹豆腐・長葱)・オレンジ	りんごジャムサンド・スキムミルク	374	18.7	18.5	1.9
18	火	豆腐と納豆の仲良し揚げ・わかめのみぞれ和え・コーン・すまし汁(白菜・人参)・パン	かき玉うどん	377	20.8	18.3	1.9
19	水	ビーフカレー・醤油フレンチ・ミニトマト・スープ(コーン・えのき)・グレープフルーツ	フルーツカスタード	439	12.4	27.2	0.8
20	木	春分の日でお休み					
21	金	竹の子と鶏のつくね・シルバーサラダ・キャベツ・みそ汁(じゃが芋・玉葱)・バナナ	パリパリピザ・お茶	431	18.4	24.4	1.8
22	土	卒園式 祝い菓子					
24	月	お芋の南蛮煮込み・ひじき和え・ブロッコリー・すまし汁(大根・しめじ)・デコボン	午前保育のためなし	390	22.2	12.4	1.8
25	火	鱈のピカタ・利休和え・粉ふき芋・みそ汁(なめこ・絹豆腐)・パン	午前保育のためなし	388	14.7	18.7	1.7
26	水	豚のさっぱり煮・じゃが芋と枝豆サラダ・白菜・スープ(わかめ・もやし)・バナナ	洋風ぞうすい	401	18.3	13.0	1.9
27	木	豆の天ぷら・酢の物(卵)・もやし・みそ汁(椎茸・ふのり)・オレンジ	バナナブレッド・お茶	396	15.6	21.1	1.6
28	金	いり鶏・切干大根と小松菜の洋風炒め・トマト・すまし汁(はんぺん・万能葱)・キウイ	焼きそば・お茶	399	18.8	21.3	1.9
29	土	手作り弁当・スープ(人参・板ふ)・バナナ	イチゴクレープ				
31	月	鮭のチーズ焼き・すき昆布の煮物・キャベツ・みそ汁(大根・油揚げ)・パン	ツナサンド・スキムミルク	429	29.1	16.7	1.9

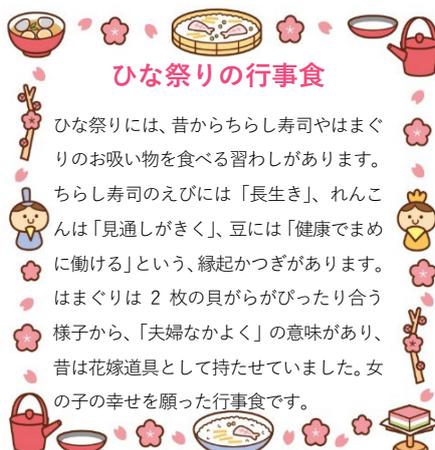
※仕入れ状況により、献立内容が変更になる場合があります。

お別れ会のお知らせ

7日はすみれ組さんのお別れ会を行います。今までの給食で思い出に残っているもの、また食べたいと思うもの、好きな献立などを聞いて、決定しました。楽しみにしててください。



ひな祭りの行事食



ひな祭りには、昔からちらし寿司やまぐりのお吸い物を食べる習わしがあります。ちらし寿司のえびには「長生き」、れんこんは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という、縁起かつぎがあります。はまぐりは2枚の貝がらがぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。女の子の幸せを願った行事食です。

お知らせ

- ・3日(月) 雛祭りお誕生日会
- ・7日(金) お別れ会
- ・12日(水) おにぎりの日
(ひよこ、たんぼぼ、もも組は園で準備します)
- ・22日(土) 卒園式