



# 給食だより

3月号

担当 宮本景子

## 今月の食育目標

サイホージ・・・就学に向けて、食事のマナーを再確認し、意識して食事をとる。

トーキョー・・・決められた時間内に食べ終わることができるようになる。

ニューヨーク・・・時間や量を意識しながら完食する。

ロンドン・・・進級を意識して、一つ一つの所作を正しく行う。

パリ・・・食事のマナーに気をつけながら、楽しい雰囲気の中で食事をする。

園の畑で大きな大根と真っ赤ないちごがたくさん収穫できました。皆、大きな大根にビックリしながらどっこいしょと収穫していました(≧▽≦)



## ひな祭りに、ハマグリの吸いもの

ひな祭りのお祝い料理に欠かせないのが、ハマグリの吸いもの（潮汁）です。ハマグリの貝殻は一對になっていて、ほかの貝殻ではぴったり合いません。そのため「仲のよい夫婦」を表すとされ、子どもが「一生一人の人と添い遂げられるように」という願いが込められています。



3月3日はひなまつり

3月3日にひなまつり会をします。給食の献立はちらし寿司です、おやつはひなあられとカルピスです、お楽しみに～(^o^)





- The News Restaurant Milanese PSYHOUI -

中央保育園 西方寺 献立予定表 [ミラネーゼ]



3月

日	曜	行事	未満児朝おやつ	昼食 (副食)	3時のおやつ
1	火		牛乳 せんべい	五目ビーフン 手作りふりかけ みそ汁	お茶 チーズ 丸ぼうろ
2	水		お茶 小魚せんべい	豚肉と大根の煮物 ひじきサラダ みそ汁	牛乳 きなこパタートースト
3	木	ひなまつり	お茶 チーズ	ちらし寿司 鶏のてりやき すまし汁 ほうろく	牛乳 ひなあられ パパロア
4	金		牛乳 野菜かりんとう	筑前煮 酢の物 みそ汁	牛乳 おからドーナツ
5	土		牛乳 ビスケット	チキンライス コンソメスープ	果汁 パン
6	日				
7	月		牛乳 乾パン	ホイコーロー りんご かきたま汁	お茶 ヨーグルト せんべい
8	火		牛乳 野菜ステック	そばろご飯 中華サラダ みそ汁	牛乳 みたらし団子
9	水		お茶 せんべい	オランダ揚げ 野菜サラダ みそ汁	牛乳 マカロニあべかわ
10	木		牛乳 ウエハース	厚焼き玉子 ごぼうサラダ みそ汁	牛乳 カルシウムラスク
11	金		牛乳 ビスケット	年長さんリクエストメニュー	牛乳 プリンアラモード
12	土		牛乳 ラスク	中華丼 漬け物 パナナ	スポロン パン
13	日				
14	月		牛乳 ポップコーン	鮭のマヨコーン焼き にんじんしりしり みそ汁	牛乳 ココアクッキー
15	火		牛乳 サブレ	レパールのBBQソース 野菜サラダ わかめスープ	お茶 ヨーグルト せんべい
16	水		牛乳 ステックパン	三色丼 中華春雨サラダ みそ汁	牛乳 フレンチトースト
17	木		お茶 おさつステック	魚の西京焼き ひじきサラダ すまし汁	牛乳 きなこ団子
18	金		牛乳 クラッカー	お楽しみに・・・♪	牛乳 ケーキ
19	土	卒園式	牛乳 ビスケット	豚丼 みそ汁	★卒園式★
20	日				
21	月	春分の日			
22	火		牛乳 クラッカー	親子丼 ひじきの煮物 果物	牛乳 お麩ラスク
23	水		お茶 えびせん	魚の照り焼き 野菜のごま和え みそ汁	牛乳 パナナ ビスケット
24	木		牛乳 小魚せんべい	豆腐の松風焼き 切干大根煮 みそ汁	牛乳 もちもちチーズパン
25	金	お別れ遠足	お茶 せんべい	お弁当・水筒	果汁 遠足おやつ
26	土		牛乳 ウエハース	ミートスパゲティ スープ	果汁 ベジたべる
27	日				
28	月		牛乳 加ゆみせんべい	鶏の竜田揚げ れんこんサラダ みそ汁	牛乳 豆乳蒸しパン
29	火	保育修了	牛乳 ビスケット	カレーライス マカロニサラダ 福神漬	牛乳 ホットケーキ
30	水	希望保育	牛乳 せんべい	お弁当・水筒を持ってきてください。	果汁 パームクーヘン
31	木	希望保育	牛乳 ウエハース	お弁当・水筒を持ってきてください。	果汁 せんべい
ごっくん期 (5~6ヶ月) やわらかく煮てすりつぶしたもの			もぐもぐ期 (7~8ヶ月) 舌でつぶせる豆腐のかたさ		かみかみ期 (9~11ヶ月) 歯茎でつぶせるかたさ

※離乳食はお子様の進み具合に合わせておかず、おかゆに調理します。

※朝おやつは、3歳未満児のみです。※お誕生会もお箸とスプーンを使います。