

曜日	三未 10時おやつ	昼食献立名	三未加算食	3時おやつ	材料と体内での働き		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2月16日	牛乳 乳ホール	肉じゃが 水菜のあえもの もみのり		牛乳 チュロス	乳ホ-ロ・じゃが芋 ホットケーキミックス グラニュー糖	牛乳・豚もも肉・絹豆腐	人参・玉ねぎ・糸こんにやく グリーンピース・水菜・もやし きゅうり・もみのり
3月17日	牛乳 ビスコ	鮭としそのおすし しらすあえ すまし汁		3日 ホットカルピス ひなあられ・菓子 17日 牛乳 菓子・昆布	ビスコ・白ごま・おつゆ麩 3日 ホットカルピス・ひなあられ 菓子 17日 菓子	牛乳・塩鮭・かま・ちりめん 17日 昆布	大葉・キャベツ・小松菜・人参 玉ねぎ・わかめ・やっこねぎ
4月18日	牛乳 ウエハース	グリンチキン キャベツとハムのあえもの オレンジ		牛乳 ジャムサン	ウエハース・米粉 ロイヤルブレッド	牛乳・鶏もも肉・ハム	キャベツ・人参・きゅうり オレンジ・いちごジャム
5月19日	牛乳 ビスケット	すきやき煮 ごまあえ 納豆		牛乳 きなこシュークリーム	ビスケット・じゃが芋・いりごま 小麦粉・強力粉・グラニュー糖 おつゆ麩	牛乳・豚もも肉・焼き豆腐 納豆・バター・卵・生クリーム きなこ	人参・玉ねぎ・ささがきごぼう 糸こんにやく・白ねぎ・もやし 小松菜・白菜
6月	牛乳 ミドーナツ	ハヤシライス コールスローサラダ りんご		牛乳 菓子・するめ	ミドーナツ・ハヤシウ・菓子	牛乳・豚もも肉・さきいか	人参・玉ねぎ・マッシュルーム グリーンピース・キャベツ・きゅうり りんご
7月21日	牛乳 せんべい	みそラーメン ナムル バナナ		牛乳 菓子	せんべい・中華麺・ごま油 菓子	牛乳・豚もも肉・中みそ	もやし・キャベツ・人参・コーン きゅうり・バナナ
9月23日	牛乳 乳ホール	豚肉のネギ塩炒め 磯あえ 野菜スープ		牛乳 みたらしじゃが団子	乳ホ-ロ・じゃが芋・コンソメ 片栗粉	牛乳・豚もも肉・塩昆布	玉ねぎ・人参・白ねぎ・かぶ かぶの葉・きゅうり・キャベツ
10月24日	牛乳 ウエハース	鶏肉の中華風照り煮 ばんさんすう 中華スープ		牛乳 クッキー	ウエハース・オイスターソース・ごま油 春雨・小麦粉	牛乳・鶏もも肉・絹豆腐 バター	きくらげ・きゅうり・人参 玉ねぎ・もやし・わかめ
11月25日	牛乳 ビスコ	わかめごはん けんちん汁 ゆかりあえ		牛乳 ブラウニー	ビスコ・里芋・ごま油・米粉 ベーキングパウダー・純ココア コーンスターチ	牛乳・豚もも肉・ちくわ バター・木綿豆腐	わかめごはんの素・しめじ 人参・玉ねぎ・大根・キャベツ やっこねぎ・きゅうり・ゆかり
12月26日	牛乳 ビスケット	鮭の塩焼き 五色あえ みそ汁		牛乳 菓子・チーズ	ビスケット・じゃが芋・菓子	牛乳・塩鮭・油揚げ・中みそ 洗いもずく・チーズ	人参・小松菜・もやし・しめじ コーン・玉ねぎ・やっこねぎ
13月27日	牛乳 ミドーナツ	タンドリーチキン 大根サラダ 手作りふりかけ	バナナ	牛乳 メロンパン	ミドーナツ・カレー粉・マドレ 小麦粉・コーンスターチ ベーキングパウダー・グラニュー糖	牛乳・鶏もも肉・ツナ水煮缶 プレーンヨーグルト・ちりめん 絹豆腐・生クリーム	大根・人参・キャベツ・ゆかり バナナ
14月28日	牛乳 せんべい	肉うどん ツナのあえもの オレンジ		牛乳 菓子	せんべい・冷凍うどん マドレ・菓子	牛乳・豚もも肉・かまぼこ ツナ水煮缶	ほうれん草・キャベツ・人参 きゅうり・オレンジ
30月	牛乳 ハムクーヘン	ラーメン 中華サラダ バナナ		お茶 おにぎり	ハムクーヘン・中華麺・ごま油	牛乳・豚もも肉・焼き豚 なると・かま・ちりめん 塩昆布・中みそ	もやし・コーン・わかめ やっこねぎ・きゅうり・人参 バナナ
31月	牛乳 ビスケット	さわらのネギソースかけ おひたし すまし汁		牛乳 菓子・昆布	ビスケット・ごま油・おつゆ麩 菓子	牛乳・さわら・かつお節 昆布	やっこねぎ・白菜・小松菜 人参・玉ねぎ・わかめ

☆18日（水）誕生日会特別献立

今月の誕生日会献立は、年長さんと栄養士が話し合いをして決めました。

今までの給食を振り返って、給食で美味しかったもの、もう一度食べたいものなど

※アレルギーについて

・平天、ちくわ、なると、かまぼこ、ウインナー、ハム、ベーコンは卵不使用のものを使用しています。

🎉ひな祭り🎉

3月3日は桃の節句（ひな祭り）です。

この日には、女の子の健やかな成長と健康、幸せを願い、ちらし寿司、ひし餅、ひなあられなど伝統的な料理やお菓子でお祝いをします。

ひな祭りに飾る“お雛様”は子どもたちの病気やケガを代わりに引き受けて守り、健やかな成長と幸せを願うとされています。また、ひな祭りに食べる“雛あられ”には、桃色、白色、緑色のあられが入っており、それぞれが意味を持っています。桃色は生命、白色は雪の大地、緑色は木々の芽吹きを表しており、この3色のあられを食べることで自然の力を得て、子どもたちが元気で丈夫に育つと言われています。

誕生会献立は年長さんが考えました！

メニューは当日に子どもたちから発表してもらいます。

年長さんにとって3月の誕生会は、保育園でお祝いできる最後の誕生会になります。この日がより良い思い出となるように、栄養士一同、心を込めて給食を作ります。

子どもたちが大きくなった時、「保育園の給食は美味しかった、楽しかった」そんな喜びとともに思い出してもらえる給食になっていることを願っています。