

3月の献立予定表

2(月)	3(火) <small>鶴</small>	4(水)	5(木) <small>圭</small>	6(金)	7(土)
ご飯 ポークチャップ 海藻サラダ じゃが芋の味噌汁	ちらし寿司 菜の花のゴマ和え すまし汁	ご飯 鶏のオニオンソース グリル野菜 人参の味噌汁	・ハンバーガー ・フライドポテト スープ・ヤクルト	ご飯 カレイのゴマ醤油焼き かぼちやの煮物 玉ねぎの味噌汁	ハヤシライス マカロニサラダ
クリームチーズパイ	ひなあられ	・コロコロラスク	・苺のロールケーキ(ケーキ)	手作りパン	せんべい
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
ご飯 焼鮭 大豆の五目煮 白菜の味噌汁	・牛丼 キャベツのゴマ和え えのきの味噌汁	ご飯 白身魚の煮付け 青菜とえのきのお浸し かぼちやの味噌汁	ご飯 ・鶏のから揚げ スパゲティサラダ ほうれん草の味噌汁	チーズパン ・クリームシチュー グリーンサラダ	卒園式
・カップケーキ	・コンソメポテト	ポテト-toast	ヨーグルト	・チョコパイ(シュガーパイ)	
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
ご飯 ブリの照り焼き ちくわの磯辺揚げ 大根の味噌汁	ご飯 ・餃子 温野菜 わかめの味噌汁	ご飯 鶏のマヨ味噌焼き わかめの酢の物 しめじの味噌汁	お別れ遠足	春分の日	親子うどん 青菜のゴマ和え
レモンケーキ	わらび餅(きな粉クッキー)	きな粉棒	・苺大福(ケーキ)		クッキー
23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
・カレーライス コーンサラダ	ご飯 鯖の味噌煮 ササミのゴマ酢和え かきたま汁	ご飯 ミートローフ かぼちやのサラダ 豆腐の味噌汁	ご飯 鮭のつけ焼き ひじきの煮物 キャベツの味噌汁	ウインナーパン きのこのオムレツ コールスロー-00 コンソメスープ	サンドイッチ ベイクドポテト 野菜スープ
シュガーパイ	ヨーグルト	もちもちドーナツ	・チョコチップクッキー(クッキー)	ひじきおにぎり	ミニドーナツ
30(月)	31(火)				
ご飯 ・エビマヨ レタスサラダ 油揚げの味噌汁	新年度準備				
磯辺もち(きな粉おにぎり)					

- ☆昼食時に果物(苺、バナナ等)を出しています。
- ☆3月6日(金)は虹、空組さんはパンを作ります。
- ☆献立は都合により変更となることがあります。
- ☆()の中は0.1.2歳児さんに提供するおやつです。
- ☆≡マークは卒園する空組さんが選んだリクエストメニューです。



☆給食だより☆ 今月の目標【1年を振り返ってみよう】

一年を振り返ってみよう!!

- ・朝ごはんは毎日食べていますか？
- ・食事前、手洗いうがをしていますか？
- ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつはきちんとできていますか？
- ・お箸、スプーンなどを正しく使うことができていますか？
- ・よい姿勢で食事のマナーを守って食べていますか？
- ・よく噛んで食べていますか？
- ・旬の食べ物や行事食を楽しめていますか？
- ・好き嫌いせず食べることができていますか？

🍴 今月のおすすめレシピ 🍴

白身魚のゴマ醤油焼き

【材料】(4人分)

- ・白身魚 …4切れ ☆醤油 …50ml
- ・ゴマ …適量 ☆みりん …50ml
- ☆酒 …50ml

- 1、☆の調味料を混ぜ合わせる。
- 2、1に魚を30分ほどつける。
- 3、調味液から魚を取り出し、ゴマを振る。
- 4、200℃のオーブンでこんがり焼いたら完成。