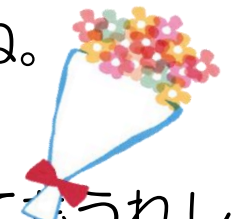




日	曜日	献立名	ざいりょう				どんぐりおやつ
			赤	緑	黄	その他	
			血・肉・骨になる	体の調子をよくする	働く力や熱になる		
1	水	午前保育				右記に記載	
2	木	午前保育				右記に記載	
3	金	 ちらし寿司 さつまいもとコーンのかき揚げ 豆腐と花麩のすまし汁 ひなあられ カルピスウォーター	錦糸卵、いんげん、海苔 豆腐 カルピスジュース	干し椎茸、人参 コーン	精白米、砂糖 さつまいも、薄力粉、片栗粉、サラダ油 花麩 ひな菓子	桜でんぶ、米酢、食塩 昆布だし、薄口醤油、みりん	さつまいも蒸しパン お茶
6	月	ツナピラフ 春巻き もやしとわかめのスープ	ツナ わかめ	玉ねぎ、人参、ピーマン もやし	精白米、ごま油 春巻き、サラダ油 ごま油	コンソメ、食塩 中華味、薄口醤油、食塩	カルシウム煎餅 マシュマロ リンゴジュース
7	火	お弁当日				マリービスケット ラムネ カルピスジュース	
8	水	肉うどん ほうれん草の磯部和え カルシウムウエハース	豚肉、薄揚げ、わかめ 海苔	玉ねぎ、青ねぎ ほうれん草、人参	うどん 砂糖 カルシウムウエハース	鰹だし、薄口醤油、みりん、食塩 濃口醤油	ジャムクラッカーサンド オレンジジュース
9	木	ご飯 鶏のカレーチーズ焼き ブロッコリーのサラダ キャベツと人参のスープ	鶏肉、チーズ	ブロッコリー、人参 キャベツ、人参	精白米	カレー粉、食塩 焙煎胡麻ドレッシング 中華味、薄口醤油、食塩	ラングドシャ ミニゼリー リンゴジュース
10	金	ドックパン 焼きそば コーンと小松菜のスープ フルーツミックス	豚肉、竹輪、青のり	もやし、キャベツ、青ねぎ コーン、小松菜	ドックパン やきそば、サラダ油	ウスターソース コンソメ、薄口醤油、食塩、パセリ	アンパンマン煎餅 マシュマロ カルピスジュース
13	月	菜飯 コロッケ いんげんのおかか和え 玉ねぎとしめじの味噌汁	コロッケ 味噌	玉ねぎ、しめじ	精白米	菜飯の素 鰹だし	ラスク お茶
14	火	ご飯 鶏の照り焼き 豆腐サラダ 大根と青ねぎのすまし汁	鶏肉 豆腐	胡瓜、人参、コーン 大根、青ねぎ	精白米 砂糖、片栗粉	濃口醤油、みりん 焙煎胡麻ドレッシング 昆布だし、薄口醤油、みりん	ビスコ ラムネ オレンジジュース
15	水	中華丼 しゅうまい オレンジ	豚肉 しゅうまい	玉ねぎ、人参、白菜、ピーマン オレンジ	精白米、ごま油、片栗粉	生姜、にんにく、中華味、薄口醤油、食塩	ハッピーターン ミニゼリー リンゴジュース
16	木	カレーライス コーンサラダ 青りんごゼリー	豚肉 ツナ	玉ねぎ、人参、グリーンピース 胡瓜、コーン	精白米、サラダ油、じゃが芋 青りんごゼリー	にんにく、カレーパウダー 青じそドレッシング	おにぎり煎餅 マシュマロ カルピスジュース
17	金	午前保育					
18	土	卒業式					
21	火	午前保育					
22	水	午前保育				右記に記載	
23	木	午前保育					
24	金	終業式					

## 年長組さん 卒園おめでとうございます！！

今月はずいぶん、年長組さんの卒園式です。月日が経つのは、本当にあっという間ですね。みんなから「おいしかったよ〜！」「いつもお給食作ってくれてありがとう！」とわざわざ給食室にきて伝えてくれて、とてもうれしかったです。



年長組さんはよく食べるクラスが多く、いつも食缶が空っぽになって返ってきます。おかわりも来てくれたり、とても作り甲斐がありました。

小学校に行ってもたくさん食べて大きくなってね。

## ひな祭り



3月3日はひな祭りです。

女の子のお祭りでは、ひな人形を飾り、菱餅や白酒、桃の花などを添えます。

ひな人形は、節分が終わり、立春（2月4日）頃から、遅くとも2月24日までに飾り付けるのが一般的と言われています。ひな人形は、子どもの身代わりとなり、事故や病気から守り、子どもの健やかな成長を祝うために飾ります。ひな祭りの行事食としては、ひなあられやちらし寿司、縁起物のハマグリ、3月という季節の情緒（赤は桃、緑は草、白は雪）を表したひし餅などがあります。

そこで、給食ではちらし寿司とひなあられを出します。給食で少しでも季節を感じてほしいです。



## どんぐり組のおやつ

1日：ホームパイ、マシュマロ、オレンジジュース

2日：ゆかりおにぎり、お茶

21日：満月パン、ラムネ、オレンジジュース

22日：ココナッツサブレ、ミニゼリー、リンゴジュース

23日：ポップコーン、カルピスジュース



## [ 月間栄養価一覧表 ]

2017年 3月

予定献立

0:通常献立

日	曜	献立名	一人分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g		
3	金	ちらし寿司, さつまいもとコーンのかき揚げ すまし汁, ひなあられ, カルピスウォーター	407.13	428	8.0	5.6	83.5	1.4		
6	月	ツナピラフ, 春巻き, 中華スープ	277.27	318	7.5	7.4	52.3	1.8		
8	水	肉うどん, ほうれん草の磯部和え, カルシウムウエハース	421.98	310	10.7	4.7	54.0	2.2		
9	木	ご飯, 鶏のカレーチーズ焼き, ブロッコリーのサラダ, 中華スープ	341.90	417	17.5	14.2	50.9	1.6		
10	金	焼きそば・パン, コンソメスープ フルーツミクス	380.17	410	12.1	11.3	62.2	3.3		
13	月	菜飯, コロッケ, いんげんのおかか和え, 味噌汁	296.47	355	8.6	5.7	64.8	1.6		
14	火	ご飯, 鶏の照り焼き, 豆腐サラダ, すまし汁	331.86	411	16.0	12.6	53.9	1.7		
15	水	中華丼, しゅうまい, オレンジ	238.45	364	12.4	7.0	60.5	1.2		
16	木	カレーライス, コーンサラダ, 青りんごゼリー	304.63	425	9.4	9.3	74.6	2.2		
期間内の合計			2999.86	3438	102.2	77.8	556.7	17.0		
動物性脂質比率 42.29 %			一日あたりの平均		333.32	382	11.4	8.6	61.9	1.9
			基準値		0.00	405	15.0	11.0	0.0	1.5
			充足率		0.0	94.3	76.0	78.2	0.0	126.7