

# 3月予定献立表



竹駒保育園

	月	火	水	木	金	土
以上児 副食	<b>今月予定給与栄養量</b> エネルギー：459kcal たんぱく質：19.5g 脂肪：20.5g		1 ・なすのミートグラタン ・青菜のソテー ・きのこのスープ ・グレープフルーツ	2 ・ツナとチーズの卵焼き ・もやし中華和え ・じゃが芋の味噌汁 ・いよかん	3 ひな祭りお誕生会 ・ちらし寿司 ・魚の照り焼き ・カリフラワーサラダ ・菜の花の清汁 ・ひなゼリー・いちご	4 ・豆腐のドライカレー ・チーズサラダ ・南瓜の味噌汁 ・ミニトマト
おやつ			・ジャムサンド ・牛乳	・よもぎまんじゅう ・牛乳	・いちごのケーキ ・牛乳	
以上児 副食	6 ・高野豆腐の卵とし ・豚肉とピーマンの炒め煮 ・せんべい汁 ・りんご	7 ・鯖のケチャップあんかけ ・ダイコンサラダ ・豆腐の味噌汁 ・バナナ	8 ・えびグラタン ・若布サラダ ・卵スープ ・グレープフルーツ	9 ・厚焼き卵 ・若布の酢味噌和え ・煮豆 ・豚汁 ・ミニトマト	10 ・パインとハムのステーキ ・親子サラダ ・肉団子中華スープ ・キウイフルーツ	11 手作り弁当の日 ・牛乳
おやつ	・ポンデドーナツ ・牛乳	・カルピスゼリー ・せんべい	・きな粉もち ・牛乳	・プチパン ・牛乳	・ごまだんご ・牛乳	
以上児 副食	13 ・野菜の肉巻き ・三色サラダ ・もやしの味噌汁 ・いよかん	14 ・クリームコロッケ ・ごまもやし ・かきたま汁 ・ミニトマト	15 ・あぶたま ・ブロッコリーサラダ ・青菜の味噌汁 ・キウイフルーツ	16 お別れ会 ・バイキング みんなで 楽しく会食します	17 ・焼きシシャモ ・ひじきの炒り煮 ・煮込みうどん ・バナナ	18 ・はんぺんのチーズ焼き ・野菜のソテー ・玉葱の味噌汁 ・オレンジ
おやつ	・揚げパン ・牛乳	・いちごのムース ・ビスケット	・クッキー ・牛乳	・お別れクレープ ・牛乳	・ピザポテト ・牛乳	
以上児 副食	20 春分の日 	21 ・シチュー ・もやしの炒め物 ・ブロッコリーのごま和え ・いちご	22 ・鶏の唐揚げ ・ポテトサラダ ・若布の味噌汁 ・いちご	23 ・ハンバーグ ・三色ソテー ・若布コンスープ ・オレンジ	24 ・カレー ・スパゲティサラダ ・春雨スープ ・ミニトマト	25 ・挽肉そぼろ ・炒り卵 ・青菜のお浸し ・白菜の味噌汁 ・りんご
おやつ		・アメリカンドック ・牛乳	・フルーツサンド ・牛乳	・醤油だんご ・牛乳	・ヨーグルト ・せんべい	

以上児  
副食  
お祝い品

1年間  
ありがとうございました

## リクエストメニュー

印のメニューは子ども達からのリクエストメニューです。

みんなが「全部食べられた!」という自信を持って進級したり、小学校に行けるようにと...願いを込めながら残り少ない日々、給食作りに取り組んでいこうと思います。

モリモリ食べて元気いっぱい!のお兄ちゃん・お姉ちゃんになってね♡

## 1年も終わりに近づき...

1年も終わりに近づきました。子ども達は、1年間の様々な行事や活動を通して体も心も大きくなり、たくさんの思い出を作ったことでしょう。給食の食べる量も増え、残さず食べてくれます。成長した子ども達の笑顔を見ると、給食を通してうれしく感じる今日この頃です。

みんな大きくなあれ!

「もういらない」「これ食べない」とつい最近まで言っていたのに、「おいしかったよ」「ほら全部食べたよ」「おかわりもしたよ」と好き嫌い言わないでたくさん食べてくれるようになった子どもたち。私たち大人は、子どもを信じて焦らず待ってさえいれば少しずつ気付かないうちに成長していくものなんですね。

## 快食・快眠・快便

朝食をしっかり食べると“ウンチ”が出やすくなって、1日を元気に過ごせます。規則正しい生活リズムを身につけて、元気な体を作り、新年度を迎える準備をしましょう。

