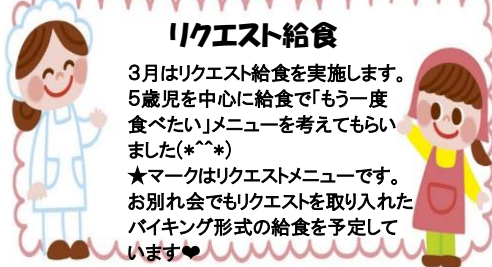


月	火	水	木	金	土	
未満児・主食 副食 おやつ	 <p>3月の給食目標 ・進級に向けて望ましい食習慣を身につけることを頑張ろう! ・食事を楽しもう!</p>		<p>今月の予定 平均給与栄養量</p> <p>○エネルギー 476kcal ○たんぱく質 17.2g ○脂質 15.9g</p>	<p>1 ごはん ★生姜焼き ★チーズサラダ 豆腐とほうれん草の味噌汁 りんご ★焼きそばパン 牛乳</p>	<p>2 ひなまつり誕生会 ちらし寿司 ぶりの煮付 カリフラワーサラダ 菜の花の清汁 いちご 三色ゼリー ひなあられ</p>	<p>3 ごはん 凍豆腐の卵とじ ひじきのごま和え キャベツの味噌汁 バナナ</p>
未満児・主食 副食 おやつ	<p>5 ごはん ★カレー 春雨酢物 わかめスープ オレンジ</p>	<p>6 ごはん 小魚と大豆のからめ煮 利休和え かぼちゃの含め煮 ★シチュー・りんご</p>	<p>7 ごはん ★春巻 三色サラダ きのこスープ オレンジ</p>	<p>8 ごはん 中華ローストチキン カレー風味サラダ ★ラーメン入りかきたま汁 バナナ</p>	<p>9 ごはん ★変わり納豆 さつまいものひじき煮 ★せんべい汁 いよかん</p>	<p>10 手作り弁当の日 牛乳</p> 
未満児・主食 副食 おやつ	<p>12 ごはん 鮭のトマト煮 ジャーマンポテト もやしの味噌汁 いよかん</p>	<p>13 ごはん ★いが蒸し すき昆布の煮付 かぶの味噌汁 ミニトマト</p>	<p>14 ごはん いり豆腐 ごまもやし ★すいとん汁 グレープフルーツ</p>	<p>15 お別れ会 ♥おたのしみ♥ ♥バイキング♥ </p>	<p>16 ごはん ★ベーコンエッグ ★ひじきサラダ なめこ汁 りんご</p>	<p>17 ごはん ★焼きビーフン 大根サラダ 豆腐の味噌汁 バナナ</p>
未満児・主食 副食 おやつ	<p>19 ごはん ★ハンバーグ ベジタブルソテー マッシュポテト はんぺんスープ・キウイ</p>	<p>20 ごまごはん 焼きいか 豚肉とピーマンの炒め物 しめたま汁 いよかん</p>	<p>21 春分の日 </p>	<p>22 ごはん 菓ごもり卵 わかめマヨネーズサラダ 五目うどん オレンジ ★きなこ揚げパン 牛乳</p>	<p>23 ごはん ★かぼちゃコロッケ 青菜のソテー 大根汁 グレープフルーツ ★バナナカスタード 麦茶</p>	<p>24 ごはん 挽肉そぼろ いり卵 青菜のお浸し 豆麩の味噌汁・りんご</p>
未満児・主食 副食 おやつ	<p>26 修了式 ごはん ミートローフ ★切干サラダ じゃがいもといんげんの味噌汁 いちご</p>	<p>27 卒園式 </p>	<p>バランスよく食べよう</p>  			

リクエスト給食

3月はリクエスト給食を実施します。5歳児を中心に給食で「もう一度食べたい」メニューを考えてもらいました(*^^*)

★マークはリクエストメニューです。お別れ会でもリクエストを取り入れたバイキング形式の給食を予定しています♥



今年度も終わりに近づきました。1年間残食も少なく、よく食べて元気いっぱいにご過ごしてきました。「おいしかった」、「また作ってね」と言ってくれた子どもたちに「ありがとうの気持ち」でいっぱいです♥

子どもたちの成長を本当に嬉しく感じています。1年間ありがとうございました。

給食担当




副菜 (ふくさい)
体の調子をととのえる
ビタミン

主菜 (しゅさい)
体をつくるものになる
たんぱく質・脂質

主食 (しゅじき)
力のもとになる
炭水化物

汁物
骨や血をつくる・便通をたすける
ミネラル

新年度に向けて、今一度食生活を見直し、生活リズムを整えましょう!