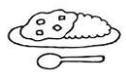
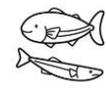


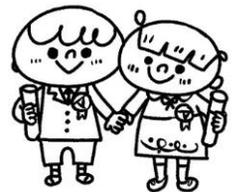
3月の献立表 楽しく食べよう!(くじら組リクエスト献立)

◆今月の食育目標◆

令和3年
名東保育園

	月 1・29	火 2・30	水 3・31	木 4	金 5	土 6
給食	カレーライス 雑穀米 豚肉 玉ねぎ 人参 さつまいも セロリ しめじ トマト缶 米粉のカレールー りんごサラダ キャベツ きゅうり 人参 りんご 	※30日 お弁当 ごはん 白身魚のトマトソースかけ 白身魚 片栗粉 トマト缶 人参 玉ねぎ パセリ ポテトサラダ じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ コーン マヨドレ ブロッコリー コンスープ 玉ねぎ 人参 セロリ パセリ コーンクリーム缶 豆乳 野菜ブイオン ガラスープ	鮭ちらし寿司(3日) 鮭まぐし かんぴょう 干し椎茸 きぬさや 桜でんぶ 人参 コーン 青菜のゴマ和え ほうれん草 春菊 ゴマ ブロッコリー(幼児クラス) 潮汁 乾わかめ カエカマ (あかんぼかか、きんぎょ組) はまぐり(べんぎん組) みつば  いちご ごはん(31日) 白身魚のトマトソースかけ ポテトサラダ ブロッコリー コンスープ	ごはん 鶏肉の塩レモン焼き 鶏肉 レモン パセリ キャベツのおかかマヨ和え キャベツ 人参 コーン かつお節 マヨドレ フチトマト 清汁 玉ねぎ 舞茸 豆腐 あさつき	ごはん 魚の塩焼き 肉じゃが 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー みそ汁 油揚げ 玉ねぎ もやし ねぎ  	中華飯 豚小間 玉ねぎ 人参 エリンギ 白菜 わかめスープ わかめ 玉ねぎ ねぎ 果物
おやつ	スイートポテト さつまいも 豆乳バター 豆乳 いちご 牛乳	ぜんざい(2日) 小豆 砂糖 もち さつまいも みかん 牛乳 ※芋はもちの代わりにさつまいも入りのぜんざいとなります。 せんべい(30日) みかん 牛乳	ピーチゼリー(3日) 桃ジュース アガー 白桃缶 白糖 ひなあられ 牛乳 (31日) <あかんぼかか、きんぎょ組> ヨーグルト ぶどうゼリー<かこ組・幼児> せんべい 牛乳	わらびもち わらび粉 黒糖 きな粉 いよかん 牛乳	ココア蒸パン 米粉 純ココア 豆乳 粉砂糖 みかん 牛乳	補食 牛乳
給食	ビビンバ 豚ミンチ ナムル もやし 人参 ほうれん草 ゴマ油 フチトマト もやしスープ 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ	菜めし 大根菜 関東煮 豚バラ 大根 人参 里芋 こんにゃく さつまいも 厚揚げ  かしなます かぶ 人参 かぶ菜	ごはん タンドリーチキン 鶏肉 豆乳ヨーグルト ケチャップ カレー粉 ハニーマリネ フチトマト 人参 玉ねぎ パセリ ブロッコリー 野菜スープ 玉ねぎ 人参 セロリ ブイオン ガラスープ	いわしの蒲焼 いわし 片栗粉 キャベツの塩昆布和え キャベツ 人参 きゅうり 塩昆布 黒ゴマ フチトマト さつまい汁 油揚げ 玉ねぎ さつまいも ねぎ	ごはん ローストチキン 鶏肉 シルバーサラダ 春雨 きゅうり パプリカ(赤・黄) 玉ねぎ マヨドレ フチトマト ブロッコリー 米粉のホワイトシチュー 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 米粉のシチュールー いちご	春分の日
おやつ	米粉のお好み焼き 豚肉 米粉 キャベツ ねぎ りんご 牛乳	きのこリソット しめじ 舞茸 人参 えのき 豆乳バター 玉ねぎ 野菜ブイオン ガラスープ パセリ みかん  牛乳	のり塩ポテト じゃがいも 青のり いちご 牛乳	きなこ団子 米 きな粉 砂糖 いよかん 牛乳	つぶつぶみかんゼリー オレンジジュース みかん缶 アガー 上白糖 せんべい 牛乳	



	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13
給食	ウィナーピラフ ウィナー 玉ねぎ 人参 マッシュルーム コーン 枝豆 野菜ブイヨン ガラスープ コロコロピクルス 大根 人参 きゅうり コーン 野菜スープ 玉ねぎ セロリ 人参 パセリ 野菜ブイヨン ガラスープ	ごはん 白身魚の中華あんかけ 魚 片栗粉 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 干し椎茸 粉ろき芋 じゃがいも 青のり ブロッコリー わかめスープ 生わかめ 玉ねぎ ねぎ	ごはん 鶏肉の唐揚げ 鶏肉 片栗粉 しょうが ゆかり和え キャベツ 人参 きゅうり ゆかり フチトマト さつま汁 さつまいも 玉ねぎ 油揚げ ねぎ	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 鮭 玉ねぎ しめじ キャベツ エリンギ こうじみそ ねぎ フロッコリーのおかか和え フロッコリー 人参 カリフラワー かつお節 人参の甘煮 清汁 玉ねぎ 豆腐 しんじけ みつば	ごはん 鶏肉の三味焼き 鶏肉 レモン ねぎ 白ゴマ カリカリ里芋 里芋 しらす あさつき フチトマト みそ汁 玉ねぎ 油揚げ しめじ 豆腐	鶏丼 鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ みそ汁 油揚げ 大根 玉ねぎ ねぎ 果物
	おやつ	さつまいものガレット さつまいも 砂糖 豆乳バター いはかん 牛乳	米粉のアメリカンドッグ 米粉 豆腐 ウィナー いちご 牛乳	<あめんぼ〜かめ きんぎょ組> ヨーグルト <かじ組〜幼児> ぶどうゼリー せんべい 牛乳	<あめんぼ〜かじ組> きな粉団子 米 きな粉 <べんざん組〜幼児> 甘辛団子 上新粉 白玉粉 みかん 牛乳	五平餅 米 みそ 白ゴマ りんご 牛乳
	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27
給食	まぜごはん シーチキン缶 人参 まいたけ 油揚げ えのき瓶 わかめの酢の物 生わかめ 人参 きゅうり コーン 石狩汁 生鮭 じゃがいも 白菜 人参 大根 椎茸 厚揚げ ねぎ	ごはん 魚のコーンマヨ焼き 魚 マヨドレ クリームコーン パセリ バジル 甘夏サラダ 甘夏缶 キャベツ 人参 ブロッコリー コロコロスープ 玉ねぎ 人参 セロリ じゃがいも ウィナー 野菜ブイヨン ガラスープ	ごはん 豆腐ハンバーグ 豚ミンチ 牛ミンチ 豆腐 玉ねぎ えのき コロコロサラダ 大豆 人参 きゅうり コーン フチトマト シュリアンヌスープ 玉ねぎ 人参 セロリ キャベツ 野菜ブイヨン ガラスープ	赤飯 米 もち米 小豆 <くじら組> ミルフィーユみそカツ 豚肉 油揚げ みそ 砂糖 白ゴマ <あめんぼ〜しろくま組> 鶏肉のマーレード煮 ごぼうサラダ ごぼう じゃがいも 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ シーチキン缶 練りゴマ 白ゴマ スナッフエンドウ いちご(くじら組) 清汁 玉ねぎ 干し椎茸 鶏肉 かまぼこ みつば	ごはん 魚のゴマ揚げ 魚 片栗粉 ゴマ(白・黒) きんぴらごぼう ささきごぼう 人参 つきこん いんげん ブロッコリー みそ汁 油揚げ 玉ねぎ しんじけ 豆腐	卒園を祝う会 
	おやつ	米粉の黒糖いろいろ 黒糖 米粉 りんご 牛乳	梅おこざり 米 梅干し 青じそ 白ゴマ スティック大根 牛乳	ポップコーン 乾燥コーン 砂糖 みかん 牛乳	米粉のパンケーキ 米粉 豆腐 砂糖 いちご 牛乳	キラキラゼリー アガー 白糖 みかん缶 りんご いちご せんべい 牛乳



☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆

3月の給食だより

☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆・☆



令和3年3月 1名東保育園

今月の食育目標は『楽しく食べよう!』です。卒園を控えたくじら組さんのリクエストをもとに、献立を作りました。

和食や洋食、オリンピックメニューのビビンバなど、バラエティに富んだ献立があがりました。

〜くじら組さん〜

もうすぐ卒園そつえんですね。

小学校しょうがっこうへ行っても、好きい嫌いすせずきらたくさん給食きゅうしょくを食べて、大きおおくなってね♪



3月の旬の食材

うど グリーンピース きぬさや 山菜 いんげん

菜ほな わけぎ フロッコリー 芽キャベツ 春キャベツ

鯖 鰯 鰯 鱒 わかさぎ カレイ 牡蠣

かわはぎ ささし 蛤 イカ あさり 生わかめ

いちご (露地もの)



〜給食室から一言〜

今年度はコロナ禍で試食会が開催出来ず、直接お話をする機会が少なかった分、食育ボードを活用してきました。いかがでしたか？

来年度も引き続き、子どもたちに人気のメニューや「食」に関する豆知識など紹介していく予定です。お楽しみに♪



※30日(火)は年度末の大掃除のため、保育の方は**お弁当の用意**をよろしくお願いいたします。

