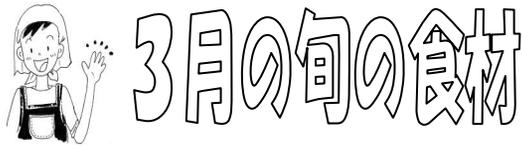


◆今月の食育目標◆ 楽しく食事をしよう!(くじら組リクエスト献立)

3月の献立表

|     | 月曜日  | 火曜日  | 水曜日  | 木曜日  | 金曜日  | 土曜日   |
|-----|--|--|--|--|--|---|
| 給食  |  <p>うど グリーンピース きぬさや 山菜 いんげん 春キャベツ 菜ばな わけぎ<br/>                     ブロッコリー 芽キャベツ 鯖 鰯 鰯 さごし カレイ 牡蠣 かわはぎ<br/>                     あさり イカ 生わかめ 蛤 わかさぎ いちご(露地もの)</p> |  |  |  | 1  | 2   |
|     |  |  |  |  | 鮭ちらし寿司<br>青菜のゴマ和え<br>清汁(乳児)潮汁(幼児)<br>いちご   | 中華飯<br>わかめスープ<br>果物   |
| おやつ |  |  |  |  | おたのしみ<br>牛乳           | 補食<br>牛乳  |
|     | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9   |
| 給食  | まぜごはん<br>わかめの酢の物<br>さつま汁   | ごはん<br>煮魚のわかめ添え<br>ブロッコリーの<br>おかか和え<br>みそ汁   | ごはん<br>鶏肉のマーマレード煮<br>れんこんサラダ<br>プチトマト<br>清汁  | ごはん<br>ブリ大根<br>いんげんのゴマ和え<br>みそ汁  | ゆかりごはん<br>唐揚げ<br>さつまいもサラダ<br>プチトマト ブロッコリー<br>コロコロスープ いちご   | 鶏丼<br>具だくさんみそ汁<br>果物  |
| おやつ | 大学芋<br>果物<br>牛乳    | 米粉のアメリカンドッグ<br>果物<br>牛乳  | のり塩ポテト<br>果物<br>牛乳   | ふラスク<br>果物<br>牛乳   | きのこリゾット<br>果物<br>牛乳  | 補食<br>牛乳  |
|     | 11   | 12   | 13   | 14   | 15   | 16  |
| 給食  | カレーライス<br>コールスローサラダ<br>   | ごはん<br>魚の照り焼き<br>肉じゃが<br>ブロッコリー<br>みそ汁   | ごはん<br>手羽先の香草焼き<br>キャベツの<br>おかかマヨ和え<br>プチトマト 野菜スープ   | ごはん<br>魚のコーンマヨ焼き<br>サワーブロッコリー<br>プチトマト<br>清汁  | ごはん<br>鶏ちゃん焼き<br>かぼちゃの甘煮<br>スナップえんどう<br>みそ汁  | 中華飯<br>わかめスープ<br>果物   |
| おやつ | ぜんざい<br>果物<br>牛乳   | スイートポテト<br>果物<br>牛乳  | 果物(あめんぼ、めだか組)<br>野菜ゼリー(かめ組~)<br>せんべい<br>牛乳   | 五平餅<br>スティック人参<br>牛乳   | カルピスいろいろ(くじら組)<br>黒糖いろいろ<br>(あめんぼ~しろくま組)<br>果物 牛乳  | 補食<br>牛乳  |
|     | 18   | 19   | 20   | 21   | 22   | 23  |
| 給食  | ウィナーピラフ<br>りんごサラダ<br>野菜スープ   | ごはん<br>魚のゴマ揚げ<br>筑前煮<br>プチトマト<br>みそ汁  | <<祝膳>> くじら組のみ<br>赤飯 チキンカツ<br>シルバーサラダ<br>ブロッコリー 茶碗蒸し<br>(あめんぼ~しろくま組)<br>赤飯<br>鶏肉のこんぺい糖煮<br>シルバーサラダ<br>ブロッコリー 清汁 | 春分の日<br>                                      | ごはん<br>サバのみそ煮<br>白菜の塩昆布和え<br>人参の甘煮<br>のっぺい汁  | 卒園を祝う会<br> |
| おやつ | 芋ようかん<br>果物<br>牛乳  | 米粉のシナモンドーナツ<br>果物<br>牛乳  | わらびもち<br>果物<br>牛乳  |  | キラキラゼリー<br>せんべい<br>牛乳  |   |
|     | 25   | 26   | 27   | 28   | 29   | 30  |
| 給食  | カレーライス<br>コールスローサラダ<br>   | ごはん<br>魚の照り焼き<br>肉じゃが<br>ブロッコリー<br>みそ汁   | 大掃除(お弁当)<br>                | ごはん<br>魚のコーンマヨ焼き<br>りんごサラダ<br>ブロッコリー<br>清汁   | 甘辛丼<br>ひじきサラダ<br>プチトマト<br>みそ汁  | 中華飯<br>わかめスープ<br>果物   |
| おやつ | のり塩ポテト<br>果物<br>牛乳   | 人参スティック<br>(あめんぼ、めだか組)<br>干し芋(かめ組~)<br>せんべい 牛乳   | 果物(あめんぼ、めだか組)<br>野菜ゼリー(かめ組~)<br>せんべい<br>牛乳   | 五平餅<br>スティック人参<br>牛乳   | せんべい<br>果物<br>牛乳   | 補食<br>牛乳  |



000 今月は恒例となつたくじら組さんのリクエストメニュー。名東保育園が大切にしている和食の献立も数多くあがりました。これからも好き嫌いせずたくさん食べて、笑顔で春を迎えましょう。

