

# 3月 献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
早いもので今年度も残すところ1ヶ月となりました。日中は暖かい日もあり、春の訪れを感じられるようになってきました。					
子どもたちは「もうすぐ〇〇組さんだけん！」と苦手だったものが食べられるようになってきたり、食べる量が増えてきたりと日々の給食でも子どもたちの成長を感じています。					
今日は5日の誕生会でひなまつりメニュー、13日は年長さんの花もち作り、22日はお別れ給食を予定しています。12月から提供してきた年長さんのリクエストメニューも最終月となりました。「今日は〇〇くん(ちゃん)のリクエストだ！」と楽しみにしてくれている子どもたちでした。保育園での給食も残りわずかとなりましたが、最後までおいしかったと思ってもらえるように頑張って作っていきたいと思います。					
4日 果物・牛乳	5日(誕生日) 果物・牛乳	6日 果物・牛乳	7日 果物・牛乳	8日 果物・牛乳	9日 牛丼
ごはん 麻婆豆腐 <small>(豚肉、野菜、玉ねぎ、人参、干し椎茸、白ネギ、グリーンピース、唐辛子、豆豉、みりん、醤油)</small>	まつり寿司 <small>(米、酢、卵、海苔、人参、さし玉、人魚、さし玉、さし玉、さし玉、ごま油)</small>	雑穀ごはん 鶏肉のごま焼き <small>(鶏肉、白ごま、米、玉ねぎ、みりん、葱、小松菜)</small>	かぼちゃパン 白鳥魚フライ <small>(白鳥魚、米、玉ねぎ、小松菜、パン粉、塩、ケチャップ)</small>	ごはん 牛肉とれんこんの炒め煮 <small>(牛こじ、牛肉、白ごま、人参、玉ねぎ、ごんこく、三葉、玉ねぎ、みりん、醤油、砂糖、ごま油)</small>	
もやしのナムル <small>(もやし、人参、さし玉、玉ねぎ、ごま油)</small>	すまし汁 <small>(玉ねぎ、人参、玉ねぎ、三つ葉、塩、味噌)</small>	ひじき煮 <small>(ひじき、人参、切干大根、うずら油、いんげん、豆苗、みりん、塩)</small>	スパゲッティサラダ <small>(スパゲッティ、キャベツ、人参、さし玉、マヨドレ、塩)</small>	さつまいも煮 <small>(さつまいも、砂糖、塩)</small>	味噌汁 <small>(豆苗、玉ねぎ、玉ねぎ、味噌)</small>
中華スープ <small>(ダンジョンイ、玉ねぎ、人参、中華だし、塩、味噌)</small>	果物	味噌汁 <small>(大根、人参、玉ねぎ、わさび、味噌)</small>	コーンスープ <small>(クリームヨーン、コーン、玉ねぎ、人参、バセリ、塩、コソソメ、塩)</small>	味噌汁 <small>(せせり、玉ねぎ、人参、味噌)</small>	
フルーツゼリー クラッカー 牛乳	誕生会ケーキ いりこ 牛乳	焼きうどん するめ 牛乳	サンワールドのお菓子 昆布 牛乳	ツナマヨトースト いりこ 牛乳	サンワールドのお菓子 お茶
11日 果物・牛乳	12日 果物・牛乳	13日 果物・牛乳	14日 果物・牛乳	15日 果物・牛乳	16日 コーンチャーハン
ごはん 鶏肉の唐揚げ <small>(鶏肉、ごんこく、生姜、みりん、塩、味噌、小松菜)</small>	醤油ラーメン <small>(ごんこく、醤油、ちやんし、キャベツ、玉ねぎ、さくらげ、人参、白子豆、玉ねぎ、中華だし、味噌、ごま油)</small>	ごはん あじの南蛮酢 <small>(あじ、玉ねぎ、味、小松菜、米、五味、人参、ビーマン、酢、味噌、白子豆、玉ねぎ)</small>	にんじんパン 肉じゃがロカック <small>(じゅうりん、キャベツ、味噌、人参、玉ねぎ、玉ねぎ、玉ねぎ、玉ねぎ、みりん、小松菜)</small>	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き風 <small>(鮭、キャベツ、人参、玉ねぎ、ビーマン、味噌、味噌、玉ねぎ、みりん、味噌、人参、味噌)</small>	味噌汁 <small>(せせり、玉ねぎ、人参、味噌)</small>
春雨サラダ <small>(春雨、キャベツ、人参、さし玉、玉ねぎ、味噌、塩、味)</small>	きゅうりの梅おかか和え <small>(きゅうり、キャベツ、人参、梅干し、花かつお、味噌)</small>	小松菜の磯香和え <small>(小松菜、キャベツ、味噌、人参、玉ねぎ、味噌)</small>	コンソメスープ <small>(玉ねぎ、人参、コーン、コンソメ、塩)</small>	白菜の酢の物 <small>(白菜、玉ねぎ、味噌)</small>	中華スープ <small>(せせり、玉ねぎ、人参、味噌)</small>
味噌汁 <small>(豆苗、玉ねぎ、味噌)</small>	金時豆煮 <small>(玉ねぎ、味噌)</small>	果物	ごまマヨサラダ <small>(キャベツ、スッキリスベビードロ、セロリ、人参、すりごま、マヨドレ、味噌)</small>	オクラと人参のすまし汁 <small>(オクラ、玉ねぎ、人参、味噌、塩)</small>	
果物	ごまスクーン いりこ 牛乳	焼きいも 昆布 牛乳	花もち 昆布 牛乳	お好み焼き いりこ 牛乳	豆乳くずもち 昆布 牛乳
18日 果物・牛乳	19日 果物・牛乳	20日 春分の日	21日 果物・牛乳	22日(お別れ給食)	23日 卒園式
ごはん 筑前煮 <small>(豚肉、人参、ごぼう、筍、れんこん、大根、味噌、みりん、塩、味噌)</small>	雑穀ごはん 魚の味噌焼き <small>(魚、味噌、味噌、みりん、塩)</small>	丸パン ポークピーンズ <small>(鶏肉、人参、玉ねぎ、ビーマン、コーン、味噌大根、カットマト、ケチャップ、コンソメ、味噌、みりん、小豆)</small>	コーンごはん 豆腐ハンバーグ <small>(玉ねぎ、人参、玉ねぎ、ビーマン、味噌、味噌、玉ねぎ、味噌)</small>		
春キャベツの和え物 <small>(春キャベツ、人参、コーン、さし玉、味噌)</small>	切干大根の酢の物 <small>(切干大根、人参、キャベツ、さし玉、玉ねぎ、味噌、味噌、味)</small>	かぼちゃのグリル <small>(かぼちゃ、玉ねぎ、塩)</small>	マカロニサラダ <small>(玉ねぎ、人参、キャベツ、トマト、マヨドレ、味噌)</small>		
味噌汁 <small>(じゅうりん、玉ねぎ、味噌)</small>	すまし汁 <small>(玉ねぎ、味噌)</small>	豆乳スープ <small>(玉ねぎ、人参、バセリ、コーン、コンソメ、塩)</small>	コンソメスープ <small>(玉ねぎ、人参、味噌)</small>		
おからクッキー いりこ 牛乳	ぼたもち 昆布 牛乳	果物	いなり寿司 いりこ 牛乳	お祝いケーキ するめ 牛乳	保育協力日 弁当日
25日 果物・牛乳	26日 果物・牛乳	27日 果物・牛乳	28日 果物・牛乳	29日 保育協力日	保育協力日 弁当日
雑穀ごはん 豚肉の生姜焼き <small>(豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、玉ねぎ、ビーマン、味噌、玉ねぎ、みりん、味噌)</small>	煮込みうどん <small>(うどん、味噌、人参、玉ねぎ、生姜、玉ねぎ、ごぼう、しいたけ、味噌、みりん、味)</small>	雑穀ごはん さばの畠田揚げ <small>(さば、味噌、味噌、みりん、玉ねぎ)</small>	米粉パン 鶏肉のマーレード焼き <small>(味噌、マーレード、味噌、味)</small>	わかめごはん ほうれん草のごま和え <small>(ほうれん草、キャベツ、人参、味噌、味噌、味)</small>	
あすっこのおひたし <small>(あすっこ、キャベツ、人参、もやし、花かつお、味噌)</small>	かばちゃ煮 <small>(かばちゃ、味噌、味)</small>	小松菜の煮浸し <small>(小松菜、人参、薄荷、味噌、味噌、みりん、味)</small>	ボテサラダ <small>(じゅうりん、キャベツ、人参、玉ねぎ、玉ねぎ、玉ねぎ、玉ねぎ、味噌)</small>	豚汁 <small>(玉ねぎ、大根、人参、味噌)</small>	
味噌汁 <small>(じゅうりん、玉ねぎ、味噌)</small>	ブロッコリーのおかか和え <small>(ブロッコリー、人参、キャベツ、花かつお、味噌)</small>	味噌汁 <small>(かばちゃ、玉ねぎ、味噌)</small>	コンソメスープ <small>(玉ねぎ、人参、味噌)</small>	果物	
麩の黒糖がらめ いりこ 牛乳	鮭ごまおにぎり 昆布 牛乳	さつまいも蒸しパン するめ 牛乳	みたらし団子 昆布 牛乳	サンワールドのお菓子 お茶	保育協力日

## 花もち作りを今年も予定しています

花もちは、桃の節句のお菓子として松江市を中心とする島根県出雲地方に伝わる伝統的なお菓子です。素焼きの型にあんを包んだ団子を詰めて形を整え、椿の葉の上に蒸し上げます。ピンク、緑、黄色の華やかな彩りと、亀、桜、松竹梅といった縁起物のモチーフが特徴で、昔は各家庭でも作られていたそうです。保育園では、毎年年長さんが、カラフルでかわいい花もちを作っています。今年もどんな花もちができるのか楽しみです。



## おにぎり作りをしました

2/27にとんぼ組さんでおにぎり作りをしました。いつものごはんをラップで包み、握ってもらうだけの簡単なクッキングでしたが子どもたちはとても喜んでいました。自分で握ったおにぎりはおいしかったようで、いつもよりたくさん食べていました。

子どもたちはお手伝いすることが大好きです。ご家庭でもごはんの時間と一緒に作ってみるのも楽しいかもしれませんね。

