

3月給食献立予定表

令和2年3月 白崎保育園

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
麦ごはん さつまいも揚げ みびり草 みそ汁 ひじき納豆	魚ずし 豚肉のピカタ 大豆としらすのサラダ ひなまき 沢煮 桜	ごはん 肉野菜炒め 高野豆腐のふわふわ煮 ひじき納豆	麦ごはん 千草焼き まんぼうごぼう みそ汁 じゃこ系納豆	ごはん レバーのマリアナソース 根菜スープ みひじき納豆 種もぎグルン	愛情弁当
牛乳 野菜せんべい	牛乳 ウエハース	牛乳 マンナビスケット	牛乳 卵ボーロ	牛乳 ハイハイ	牛乳 どうぶつここのゆめ
スキムミルク チーズまんじゅう小魚	スキムミルク 桜もち	スキムミルク リンごせり小魚	スキムミルク アメリカンクッキー	スキムミルク 黒糖クッキー小魚	スキムミルク パンせんべい
9	10	11	12	13	14
麦ごはん 鳥島の唐揚げ 切干大根の中華風サラダ みそ汁 ひじき系納豆	ごはん ほうれん草のシチュー ベーコンサラダ みひじき系納豆	麦ごはん 桜島大根の煮物 春雨ソテー りんご ひじき系納豆	ミートうどん クルトンサラダ バナナ	ラップおにぎ ちくわの石臼揚げ スパイティサラダ みそ汁 種もぎグルン	ごはん カレーポテト 切干大根のごま和え みひじき系納豆
牛乳 マリービスケット	牛乳 野菜せんべい	牛乳 ウエハース	牛乳 マンナビスケット	牛乳 卵ボーロ	牛乳 ハイハイ
スキムミルク プリンスコーン小魚	スキムミルク チーズスティック	スキムミルク じゃが芋もち小魚	スキムミルク みたらし団子	スキムミルク ゆでたまご小魚	スキムミルク かぼちゃチーズトースト
16	17	18	19	20	21
麦ごはん クندリーチキン 小松菜のソテー みそ汁 ひじき納豆	ごはん 豚肉と春雨の炒め物 ワンタンスープ みひじき納豆	麦ごはん 魚のねまみそ焼き 大豆のゴロゴロカレーサラダ えのきスープ ひじき納豆	ごはん 筑前煮 ミモザサラダ みひじき納豆	春分の日	第52回卒園式 つばき すずめ あけぼの 愛の春弁当 午前保育
牛乳 どうぶつここのゆめ	牛乳 マリービスケット	牛乳 野菜せんべい	牛乳 ウエハース		麦茶 マンナビスケット
スキムミルク 豆乳 ココアス小魚	スキムミルク バターケーキ	スキムミルク かつおの揚げ小魚	スキムミルク チョコケーキ		
23	24	25	26	27	28
麦ごはん みひじき団子の唐揚げ 青菜としらすのごま和え 五月かき玉汁 じゃこ納豆	ごはん 鳥すき煮 ゴマドレサラダ みひじき納豆	麦ごはん 魚の竜田揚げ ほうれん草ともやしのおひたし みそ汁 ひじき系納豆	ごはん チーズインハンバーグ 若草和え みそ汁 ひじき系納豆 種もぎグルン	大豆としめじのカレー チキンコイルスープ オレオレ	麦ごはん 終豆腐のミートグラタン 園野菜スープ 式 ひじき系納豆
牛乳 卵ボーロ	牛乳 ハイハイ	牛乳 どうぶつここのゆめ	牛乳 マリービスケット	牛乳 野菜せんべい	牛乳 ウエハース
スキムミルク フルーツポーチ小魚	スキムミルク バナナクレープ	スキムミルク ココア チョコレート小魚	スキムミルク いちご蒸パン	スキムミルク クレープ小魚	スキムミルク ふくゆ菓子
30	31				
新年度準備の為 休園 ← →					

※おやつは、上段が10時のおやつ、下段が3時のおやつです。なお、10時のおやつは3歳未満児のみです。



きゅうしょくだより



少しずつ春らしい気候になってきましたね。保育園の花だんに咲いている色とりどりのパンジーがとってもきれいです。今年度も残すところあと1か月。はなチームさんを見送る季節になりました。心身共に成長できた園生活だったのではないのでしょうか。卒園してしまうのは淋しいですが、小学校でも給食をたくさん食べて元気いっぱい成長してほしいです。保育園から応援しています!



2020.3



〈作り方〉

- ① ヨーグルト、ケチャップ、お湯で溶いたカレーパウダー、塩、こしょうを合わせる。
 - ② ①に鶏肉を入れ、下味を付ける為2時間ほど漬けておく。
 - ③ 鉄板にオーブンシートを敷き、鶏肉を並べる。
 - ④ 170℃のオーブンで(20~25分)焼き色がつくまでじっくり焼いて出来上がり!
- ※ フライパンで焼いてもOK!

☆「ごちそうさま」を言っていますか?
「ごちそうさま」は漢字で「御馳走様」と書きます。「馳」「走」は「はしる」という意味があり、昔は食材を用意するために魚釣りや狩りをして、走りまわって調達したりしていたからです。大変な思いをして用意してくれたことへの感謝の気持ちと、食べ物(命)をいただくことへの敬いの気持ちを表した言葉が「ごちそうさま」です。きちんと挨拶ができる習慣を身につけたいですね。

☆一年を振り返って☆

苦々なものを頑張つて食べようとする姿やみんなと同じペースで食べられるようになった子どもたちの姿などをたくさん見ることが出来ました。来年度もより良い給食作りに励んでいきたいと思っております!

- 鶏もも肉(1枚40g) 4枚
- プレーンヨーグルト 40g
- カレーパウダー(甘口) 12g
- 塩 少々
- こしょう 少々
- トマトケチャップ 20g