

# 3月献立



2019年度3月予定献立表

ひまわり第2保育園

\*献立は変更する場合があります。

月	火	水	木	金	土
<p><b>給食室から・・・</b></p> <p>先月の納豆サラダの日、子どもたちの目の前で納豆を混ぜました。小さいクラスの子が近くにやってきてのび～る糸をじーっと眺め、これは一体なんだろう？といわんばかりの表情でした。面白い経験をこれからも取り入れていきたいと思います。</p> 				<p><b>&lt;くま組公開給食&gt;</b> ごはん 牛肉と蓮根のきんぴら・煮豆 あすっこの浸し 味噌汁</p>	<p>梅じゃこごはん 豚汁</p>
				1	2
				マカロニきな粉・するめ・お茶	丸パン・果物・お茶
<p><b>&lt;ひなまつり献立&gt;</b> ちらし寿司 あすっこのおかか和え あさり汁</p> 	<p>ごはん 厚揚げのマヨみそ焼き 切り干し中華サラダ すまし汁</p>	<p><b>&lt;ぞう組公開給食&gt;</b> ごはん オープン焼き あすっこのごま和え 味噌汁</p>	<p>ごはん ちゃんちゃん焼き じゃが芋の煮物 すまし汁</p>	<p>赤米ごはん 揚げ出し豆腐 キャベツの酢の物 味噌汁</p>	<p><b>&lt;公開保育&gt;</b> パン みかん</p>
4	5	6	7	8	9
三色団子・りんご・お茶	米粉すいとん汁・お茶	パン・するめ・牛乳	青のりおにぎり・野菜・お茶	梅のり巻き・いりこ・お茶	のりおにぎり・チーズ・お茶
<p>ごはん 手羽元の照り煮 あらめの煮物 人参のごま和え 味噌汁</p>	<p><b>&lt;お別れ会&gt;</b> 小豆ごはん 焼き鯛 ホットサラダ すまし汁 果物</p>	<p>ごはん 高野と大豆の煮物 あすっこのナムル 豆乳シチュー</p>	<p>ごはん 魚の竜田焼き おから ごま味噌汁</p>	<p>ごはん がんもの中華煮 ほうれん草の浸し 味噌汁</p>	<p>煮込みうどん さつま芋の煮物</p>
11	12	13	14	15	16
りんごと蓮根の重ね煮・昆布・牛乳	いちご大福・するめ・お茶	きな粉おはぎ・いりこ・お茶	焼き芋・昆布・牛乳	じゃこおにぎり・するめ・お茶	パン・果物・お茶
<p>ごはん 炒り豆腐 干し大根の煮物 中華スープ</p>	<p>ごはん ハンバーグ 煮豆 もやしとわかめの酢の物 味噌汁</p>	<p>ごはん イカとじゃが芋の煮物 キャベツのきのこ和え 味噌汁</p>	<p><b>春分の日</b></p> 	<p>ごはん 魚の照り焼き じゃが芋のグリル焼き あすっこの浸し 味噌汁</p>	<p><b>卒園式</b></p> 
18	19	20	21	22	23
ぼたもち・いりこ・お茶	みたらし団子・するめ・牛乳	切り干しおにぎり・昆布・お茶		豆腐ホットケーキ・いりこ・お茶	
<p>ごはん 豚肉と春きゃべつの炒め物 バリバリこんにやく 味噌汁</p>	<p>ごはん 厚揚げの煮物 大根と ささみの酢味噌和え すまし汁</p>	<p>ごはん 高野の麻婆豆腐 ごぼうと昆布の煮物 ワカメスープ</p>	<p>わかめごはん 煮魚 ポテトサラダ 味噌汁</p>	<p>希望保育のため、2日間お弁当の日となります。お忙しいとは思いますが、希望される方は、準備をお願いいたします。</p>	
25	26	27	28	29	30
梅あらめおにぎり・野菜・お茶	粉ふき芋・昆布・牛乳	ぜんざい・するめ・お茶	大豆いりこ・果物・牛乳	おかかおにぎり・いりこ・お茶	パン・果物・お茶

## 1年間ありがとうございました

早いもので、今年度もあと1ヶ月となりました。子どもたちも4月に比べると心も身体も大きく成長しました。秋を過ぎると子どもたちの食欲も増してきて、空っぽになるほど沢山食べました。また、始めは食べにくかった旬の野菜も、繰り返し食べる事で季節の終わりにはどの子も食べる姿に変わっていきました。

公開給食では保護者の方から家庭の様子だけでなく、さまざまな食事の情報も教えていただき、たくさんの事を学ばせてもらいました。そして何より、我が子を大切に思う気持ちが伝わってきました。

来年度も、子どもたちが「おいしい！また作ってね！」と言ってもらえるような給食を目指して、頑張っていきたいと思います。

### 今が美味しいあすっこ！

あすっこは茎まで美味しく食べることが出来ます。ビタミンA、Cが豊富な野菜です。クセもなく、子どもたちも食べやすい食材の一つなので、給食でも大活躍です!!



#### <和え物バリエーション>

- ・おかか
- ・ごま
- ・のり + しょうゆ
- ・しらす ※ごま油をいれると
- ・梅おかか ナムルに
- ・梅

#### <ソテー>

- ・しらす
  - ・干しエビ + しょうゆ
  - ・ベーコン
- <マヨネーズもあいます>  
<ごま油で炒めても美味しい>  
<天ぷら、パスタも美味しい>



- 1日(金)・・・くまぐみ 公開給食
- 4日(月)・・・ひなまつり献立  
きりんぐみクッキング(三色団子をつくります)
- 6日(水)・・・ぞうぐみ 公開給食
- 12日(火)・・・卒園お祝い献立(みんなで大きな焼き鯛をたべますよ)
- 29日(金) 30日(土)・・・お弁当の日