

平成31年3月

献立表









勾金保育所

日曜	献立名	おやつ	主な材料
1 金	<ひな祭り&誕生会> ちらし寿司 唐揚げ サラダ 煮物 すまし汁	ショートケーキ 牛乳	米 卵 レンコン ごぼう しいたけ 鶏肉 じゃが芋 きゅうり かまぼこ 干しシイタケ シーチキン コーン 人参 おふ 小ネギ 果物 ケーキ 牛乳
2 土	焼きそば ウィンナー 牛乳	お菓子 果物	豚肉 焼きそば麺 人参 玉ネギ キャベツ もやし ピーマン ウィンナー 牛乳 お菓子 果物
4 月	団子汁 焼魚	ナイスステーキ 牛乳	鶏肉 人参 玉ネギ ごぼう さつま芋 大根 白菜 小ネギ 油揚げ すいとん粉 塩鯖 果物 パン 牛乳
5 火	チキン南蛮 きんぴら 温野菜	マカロニ黄粉 牛乳	鶏肉 卵 きゅうり らっきよ れんこん 人参 ブロッコリー果物 マカロニ 黄粉 牛乳
6 水	鯖の味噌煮 マカロニサラダ わかめスープ	お好み焼き 牛乳	鯖 しょうが マカロニ きゅうり 人参 コーン わかめ 玉ねぎ 小ネギ 果物 キャベツ えび いか お好み焼き粉 牛乳
7 木	ミートスパゲッティー サラダ コーンスープ	ももヨーク お菓子	合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 しめじ えのき ピーマン キャベツ コーンスープ 果物 ヨーグルト お菓子
8 金	おでん トロックス豆 しそ昆布	さつま芋ステーキ 牛乳	鶏肉 大根 人参 こんにゃく 厚揚げ 卵 かまぼこ トロックス豆 しそ昆布 果物 さつま芋 牛乳
9 土	親子丼 漬物 牛乳	お菓子 果物	米 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 えのき たくあん 牛乳 お菓子 果物
11 月	カレー サラダ	手作りピザ 牛乳	豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 スパゲッティ きゅうり 卵 ハム 小麦粉 チーズ シーチキン コーン 牛乳
12 火	手作りぎょうざ ひじき煮 トマト 味のり	ぶどうヨーク お菓子	豚ミンチ ニラ キャベツ しょうが 皮 ひじき 人参 ごぼう 大豆 かまぼこ トマト 味のり 果物 ヨーグルト お菓子
13 水	魚のミンチ揚げ 拌三絲 みそ汁	手作りクッキー 牛乳	魚のミンチ 人参 ごぼう 玉ねぎ ひじき ピーマン 卵 春雨 ハム きゅうり しいたけ 豆腐 わかめ 小ネギ 果物 小麦粉 牛乳
14 木	<バイキング> おにぎり サンドイッチ チキンナゲット フライドポテト ウィンナー サラダ ヨーグルト	とんがりコーン 牛乳	米 パン 卵 シーチキン 鶏肉 豆腐 じゃが芋 ウィンナー マカロニ コーン 人参 ブロッコリー きゅうり ミノマト ヨーグルト 果物 とんがりコーン 牛乳
15 金	ハンバーグ コールスロー コンソメスープ	ポテトもち 牛乳	合挽ミンチ 玉ねぎ 卵 キャベツ 人参 きゅうり コーン 果物 じゃが芋 牛乳
16 土	煮込みうどん 煮卵 牛乳	お菓子 果物	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 小ネギ 卵 牛乳 お菓子 果物
18 月	コロケ 切昆布煮 みそ汁	プリン 牛乳	合挽ミンチ じゃが芋 人参 卵 切昆布 ごぼう 大豆 かまぼこ 玉ねぎ 厚揚げ 小ネギ 果物 プリン 牛乳
19 火	白菜のクリームシチュー 焼魚	アメリカンドッグ 牛乳	鶏肉 白菜 人参 玉ねぎ じゃが芋 塩鯖 果物 ホットケーキミックス 魚肉ソーセージ 牛乳
20 水	魚のホイル焼き きんちゃく卵 小女子	スイートポテト 牛乳	白身魚 人参 玉ねぎ ピーマン しめじ えのき 油揚げ 卵 小女子 果物 さつま芋 牛乳
21 木	春分の日		
22 金	牛丼 かきたま汁 漬物	蒸しパン 牛乳	牛肉 玉ねぎ 人参 わかめ 小ネギ 卵 たくあん 果物 蒸しパンミックス 牛乳
23 土	ナポリタン 温野菜 牛乳	お菓子 果物	ベーコン ピーマン 玉ねぎ 人参 コーン しめじ ブロッコリー 牛乳 お菓子 果物
25 月	麻婆豆腐 焼魚	ホットケーキ 牛乳	豚ミンチ 玉ねぎ しょうが 人参 豆腐 白ネギ 塩鯖 果物 ホットケーキミックス 卵 牛乳
26 火	スパニッシュオムレツ 酢の物 味のり	黄粉団子 牛乳	ベーコン かぼちゃ 玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり 卵 かにかま 味のり 果物 白玉粉 団子粉 黄粉 牛乳
27 水	筍ご飯 すまし汁 煮物	ぼたぼた焼き 牛乳	筍 油揚げ 米 豆腐 玉ねぎ 小ネギ 人参 鶏肉 里芋 果物 ぼたぼた焼き 牛乳
28 木	魚のみぞれ煮 和え物 みそ汁	手作りラスク 牛乳	鯖 大根 ほうれん草 小松菜 人参 きゅうり 卵 ちくわ わかめ 玉ねぎ 油揚げ 小ネギ 果物 食パン 牛乳
29 金	ちゃんぽん 南瓜のフライ	エントリー 牛乳	豚肉 エビ イカ 人参 玉ネギ キャベツ ピーマン きくらげ かまぼこ かぼちゃ 卵 果物 エントリー 牛乳
30 土	親子丼 漬物 牛乳	お菓子 果物	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 えのき 小ネギ たくあん 牛乳 お菓子 果物

※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。※ご飯、又はおやつで毎日フルーツを提供しています。

☆食事のマナーを振り返りましょう☆

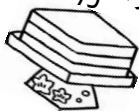
<p>①食事前後に「いただきます」「ごちそうさま」をいいましたか</p> 	<p>②よい姿勢で食べましたか</p> 	<p>③好き嫌いをなく食べましたか</p> 
<p>④スプーンやはし、食器を正しく持って食べましたか</p> 	<p>⑤残さず食べることができましたか</p> 	<p>⑥食事の準備や片づけを手伝いましたか</p> 

3月の行事

ひなまつり



ひな祭り「桃の節句」ともいわれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う年中行事です。ひな祭りのお祝いの食事といえば、ちらしずし。ちらしずしを食べることになった由来は諸説ありますが、中に入っているえびに「長生きできますように」、れんこんに「穴が開いているので将来を見通せるように」という意味があり、縁起のよい具材を用いることが多いからといわれています。



*1日(金)・7日(木)・14日(木)・22日(金)・27日(水)・29日(金)はご飯がいりません。

*8日(金)にぞう組さんはお別れ遠足に行くので、お弁当をお願いします。

*15日(金)はぞう組さんはご飯がいりません。リクエストのハンバーガーを提供します。

*26日に子供たちが掘ってきた筍で、27日に筍ご飯を作ります。

☆1年間ありがとうございました。来年度もよろしくをお願いします!(^^)/

