

3月給食だより

2016.3
滑川市保育所給食献立作成会
教育委員会子ども課

| ひ | ようび | 3さいみまん | | きゅうしょく | | | | | おやつ | |
|----|-----|-------------------------|-------|--|--|---------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|---------------------------|
| | | みまんじおやつ | しゅしょく | こんだてめい | ないよう | | ちようしをとのえる(みどり) | | | |
| 1 | 火 | ぎゅうにゅう ばかうけ | パン | スープパグティ ドレッシングサラダ トマト | からだをつくる(あか) とりにく ベーコン ぎゅうにゅう わかめ | ちからのもと(き) スパグティ | たまねぎ ブロッコリー きゅうり | にんじん コーン みかんかん | しめじ キャベツ トマト | ミルク おありのかきもち |
| 2 | 水 | ぎゅうにゅう カルシウム ウエハス | ごはん | やきざかな きんぴらごぼう みそしる | さかな うすあげ | さつまあげ にぼし | こんにやく いりごま | ごぼう キャベツ | にんじん たまねぎ | ぎゅうにゅう ハーベスト |
| 3 | 木 | ぎゅうにゅう どうぶつ ビスケット | ごはん | ちらしずし チキンナゲット いちご すましじる | たまご のり かまぼこ | のり かまぼこ かつおぶし | だしのこ かつおぶし | きぬさや にんじん | いちご ほうれんそう | しいたけ ひなあられ |
| 4 | 金 | ぎゅうにゅう りんご | ごはん | マーボードウフ ツナサラダ ミニトマト | もめんどうふ ぶたひきにく ツナ | ぶたひきにく ツナ | かたくりこ | ねぎ しいたけ | ミニトマト にんじん | たけのこ ブロッコリー |
| 5 | 土 | ／ | パン | パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ | ぎゅうにゅう まんがソーセージ | ／ | ／ | フルーツ | ／ | おちゃ クラッカー |
| 7 | 月 | ぎゅうにゅう カルシウム せんべい | ごはん | おやこに あますあえ ミニトマト | たまご とりにく かまぼこ かつおぶし | かまぼこ やきどうふ | じゃがいも | たけのこ しいたけ きゅうり | にんじん いんげん みかんかん | たまねぎ キャベツ ミニトマト |
| 8 | 火 | ぎゅうにゅう みかん | ／ | サンドイッチ コンソメスープ デニッシュパン ポテト いちご ブロッコリー ミニトマト ゼリー | レストランごっこ | | | | | ミルク うすやき せんべい |
| 9 | 水 | ぎゅうにゅう チーズキッス | ごはん | やきにく ポイルキャベツ ミニトマト コンソメスープ | ぶたにく ちくわ | ／ | ／ | たまねぎ キャベツ | ピーマン ミニトマト | にんじん こまつな |
| 10 | 木 | ぎゅうにゅう ビスコ | ごはん | ごもくだいず ブロッコリー スモールパン ワンタンスープ | だいず とりにく | さつまあげ ぶたにく | こんにやく ワンタン | にんじん ブロッコリー たまねぎ | ごぼう パインかん | いんげん こまつな |
| 11 | 金 | ぎゅうにゅう とんがりコーン | ごはん | さばのみそに ナムル みそしる | さば にぼし | うすあげ | ／ | もやし にんじん しめじ | きゅうり はくさい ねぎ | キャベツ たまねぎ |
| 12 | 土 | ／ | パン | パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ | ぎゅうにゅう まんがソーセージ | ／ | ／ | フルーツ | ／ | おちゃ ビスケット |
| 14 | 月 | ぎゅうにゅう クリケット | ごはん | カレーライス ぶくじんづけ はるさめサラダ | ぶたにく ハム | ／ | ／ | じゃがいも はるさめ | たまねぎ ぶくじんづけ きゅうり | にんじん みかんかん |
| 15 | 火 | ぎゅうにゅう しおせんべい | ごはん | あつやきたまご チーズポテト トマト ちゅうかさスープ | たまご ぶたにく | ダイスチーズ かまぼこ | ／ | じゃがいも | もやし たまねぎ | トマト ねぎ にんじん |
| 16 | 水 | ぎゅうにゅう ぼたぼたやき | ごはん | おでん マカロニサラダ オレンジ | がんと だしこんぶ ツナ | うすらたまご かつおぶし | こんにやく さといも マカロニ | だいこん コーン | にんじん オレンジ | きゅうり |
| 17 | 木 | ぎゅうにゅう バナナ | ごはん | さかなのタルタルソース ポイルキャベツ トマト みそしる | さかな とうふ | たまご にぼし | ／ | こむぎこ パンこ | らっきょ トマト あおな | ねぎ えのき キャベツ にんじん |
| 18 | 金 | ぎゅうにゅう のりせんべい | パン | やきそば ブロッコリー ミニトマト コンソメスープ | ぶたにく とうふ | わかめ | ／ | やきそばめん こざいこ | キャベツ ピーマン えのき | にんじん ブロッコリー ミニトマト |
| 19 | 土 | ／ | パン | パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ | ぎゅうにゅう まんがソーセージ | ／ | ／ | フルーツ | ／ | おちゃ バームクーヘン |
| 22 | 火 | ぎゅうにゅう てつり ウエハス | ごはん | はっほうさい ちゅうかさサラダ バナナ | ぶたにく えび わかめ | いか うすらたまご ハム | かたくりこ はるさめ | はくさい にんじん バナナ | しいたけ きゅうり | だけのこ みかんかん |
| 23 | 水 | ぎゅうにゅう チーズクラッカー | ごはん | かきあげ トマト みそしる | ワインナー にぼし | たまご あつあげ | ／ | さつまいも こむぎこ | にんじん ごぼう ねぎ | たまねぎ トマト こまつな |
| 24 | 木 | ぎゅうにゅう フレンチパイ | ごはん | かにたまご まあえ やさいスープ | たまご ベーコン | かにみずに | かたくりこ すりごま じゃがいも | ねぎ コーン もやし | しいたけ グリーンピース キャベツ | にんじん あおな たまねぎ |

| ひ | ようび | 3さいみまん | | きゅうしょく | | | | | おやつ | |
|----|-----|------------------|-------|---------------------------------------|--|----------------------------|--|-----------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| | | みまんじおやつ | しゅしょく | こんだてめい | ないよう | | ちようしをとのえる(みどり) | | | |
| 25 | 金 | ぎゅうにゅう ほしたべよ | ごはん | しらすなめし とりのからあげ ポイルキャベツ ミニトマト | からだをつくる(あか) ちりめんじゃこ たまご だしこんぶ | ちからのもと(き) いりごま かたくりこ | ちようしをとのえる(みどり) こまつな にんじん たまねぎ | キャベツ ミニトマト | おちゃ さくらもち | |
| 26 | 土 | 卒園式 | | | | | | | | ／ |
| 28 | 月 | ぎゅうにゅう エビまんげつ | ごはん | ちくわのいそべげ きりぼしあえ ぶたじる | ちくわ あおのり | たまご ぶたにく | こむぎこ じゃがいも さつまいも こんにやく | あおな だいこん | にんじん はくさい きりぼしだいこん ねぎ | ミルク まがりせんべい |
| 29 | 火 | ぎゅうにゅう クッキー | パン | やさいラーメン ポイルウィンナー ピーナツあえ | ぶたにく ウィンナー | ／ | ／ | ちゅうがめん ピーナツこ | キャベツ たけのこ こまつな | もやし にんじん コーン ねぎ |
| 30 | 水 | ぎゅうにゅう おととと | ごはん | にくじゃが にまめ しらすあえ | ぶたにく しらす | ／ | ／ | じゃがいも つきごん すりごま | たまねぎ きんときまめ | にんじん ほうれんそう いんげん |
| 31 | 木 | ぎゅうにゅう オレンジ | ごはん | チーズオムレツ なっとうあえ トマト みそしる | たまご なっとう にぼし | サラダチーズ うすあげ | ／ | ／ | たまねぎ にんじん かぼちゃ | パセリ ほうれんそう きりぼしだいこん トマト |

※各保育所(園)の状況により、土・日などの献立が変わることがあります。



～生活リズムを見直しましょう～

進級・進学の前4月を迎える前に生活リズムを整えましょう。



早寝・早起きしていますか？

⇒ 早起きするには、まず早寝から！

朝ごはんはしっかり食べていますか？

⇒ 一日を元気に過ごすためには、朝ごはんは大切です！

一年間を振り返って、できたものに😊 にいろをぬろう！

