

3月給食だより

2018.3
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	からだをつくる(あか)			ないよう				
					ちからのもと(き)			ちようしをととのえる(みどり)				
1	木	ぎゅうにゅうりんご	ごはん	やきざかな きんぴらごぼう みそしる	さかな あつあげ	さつまあげ にぼし	つきごん いりごま	ごぼう キャベツ	にんじん たまねぎ	いんげん	おちゃ さくらもち	
2	金	ぎゅうにゅう ばりんご	ごはん	ちらしすし チキンナゲット いちご すましじる	たまご チキンナゲット	きざみのり だしこんぶ 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	りんごジュース ひなあられ ケーキ	
3	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	ソーセージ	パン	フルーツ			おちゃ おかし	
5	月	ぎゅうにゅう カルシウム ウエハス	ごはん	マーボードウフ ツナサラダ トマト	とうふ ツナ	ぶたひきにく	かたくりこ	ねぎ しいたけ トマト	しょうが にんじん	だけのこ ブロッコリー	ミルク ムーンライト	
6	火	ぎゅうにゅう オレンジ	ごはん	すりみあげ だいこんサラダ みそしる	すりみ ひじき しらすぼし にぼし	とうふ たまご うすあげ	かたくりこ	にんじん ねぎ あおな	ごぼう だいこん ねぎ	コーン きゅうり	ミルク カルシウムせんべい	
7	水	ぎゅうにゅう ウエハス	ごはん	お楽しみ会			きのこご飯 トマト	コーン入り プロッコリー	豚こぶ フライドポテト	ハムカツ ももゼリー	味付け肉団子 わかめスープ	カルピス カル鉄スティック
8	木	ぎゅうにゅう ビスコ	ごはん	ごもくだいす スティックきゅうり トマト ワンタンじる	だいす 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 きゅうり キャベツ	ごぼう トマト	いんげん たまねぎ	ココアミルク ミルクスティック	
9	金	ぎゅうにゅう えびせん	ごはん	あつやきたまご はるさめサラダ みそしる スモールパン	たまご わかめ とうふ	しらすぼし ハム にぼし	はるさめ たまごふ	きゅうり あおな	パインかん ねぎ	にんじん	ぎゅうにゅう りんご	
10	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	パン	フルーツ			おちゃ おかし	
12	月	ぎゅうにゅう しろいふうせん	パン	やさいラーメン ポイルウインナー ピーナツあえ	ぶたにく	ウインナー	ちゅうかめん ビーナツこ	キャベツ だけのこ チンゲンサイ	もやし にんじん	コーン ねぎ	ヨーグルト ジョイ ハッピーターン	
13	火	ぎゅうにゅう あおりのかきもち	ごはん	さかなのタルタルソース キャベツのあえもの ちゅうかスープ	さかな ハム	たまご	こむぎこ パンこ いりごま	らっきょ にんじん	パセリ たまねぎ	キャベツ こまつな	ぎゅうにゅう オレンジ	
14	水	ぎゅうにゅう ブリッツ	ごはん	カレーライス ぶくじんづけ フルーツサラダ	ぶたにく	ヨーグルト	じゃがいも	たまねぎ ぶくじんづけ バナナ	にんじん みかんかん パインかん	グリーンピース ももかん	ミルク くろぼう	
5	木	ぎゅうにゅう かきもち	ごはん	キッシュ こぶきいも みそしる	たまご ぎゅうにゅう わかめ とうふ にぼし	なまクリーム ミックスチーズ とうふ	じゃがいも	ほうれんそう パセリ	たまねぎ えのき	にんじん ねぎ	ココアミルク ロールカステラ	
16	金	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ごはん	おでん チキンサラダ トマト	がんも だしこんぶ ささみ	たまご かつおぶし	こんにやく ざといも	だいこん にんじん	にんじん トマト	ブロッコリー	フルーツクリーム	
17	土		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ ぼうチーズ	ぎゅうにゅう	ぼうチーズ	パン	フルーツ			おちゃ おかし	
19	月	どうにゅう せんべい	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	ごまあぶら	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	とうにゅう バナナ	
20	火	ぎゅうにゅう チーズおかし	パン	たまごとうどん トマト れんこんのきんぴら	うすあげ たまご さつまあげ	かまぼこ だしこんぶ	うどん いりごま	ねぎ れんこん	トマト しめじ	いんげん にんじん	ミルク まるぼうろ	
22	木	ぎゅうにゅう とんがりコーン	ごはん	にくじゃが にまめ しらすあえ	ぶたにく	しらすぼし	じゃがいも つきごん	たまねぎ きんときまめ	にんじん ほうれんそう	いんげん	ミルク マリー	
23	金	ぎゅうにゅう おととと	ごはん	やきにく さざなみあえ コンソメスープ	ぶたにく ちくわ	さざなみ		たまねぎ かぶ	ピーマン はくさい	にんじん チンゲンサイ	ぎゅうにゅう ストロベリー ゼリー	
24	土			卒園式								

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	からだをつくる(あか)			ないよう			
					ちからのもと(き)			ちようしをととのえる(みどり)			
26	月	ぎゅうにゅう えびせんべい	ごはん	キャベツのクリーム なのはなあえ パインかん	とりにく たまご	ぎゅうにゅう	じゃがいも	キャベツ たまねぎ こまつな	にんじん なのはな	しめじ パインかん	ミルク バームクーヘン
27	火	ぎゅうにゅう あかちゃんせんべい	ごはん	ちくわのいそべあげ おひたし ぶたじる	ちくわ あおのり あつあげ	たまご ぶたにく	こむぎこ じゃがいも こんにやく	きゃべつ ねぎ	にんじん だいこん		ミルク フレンチパイ
28	水	ぎゅうにゅう いちご	パン	やきそば フライドポテト コンソメスープ	ぶたにく	とうふ	やきそばめん じゃがいも こざいくふ	キャベツ ピーマン	にんじん こまつな	もやし えのきだけ	ココアミルク ほしたべよ
29	木	ぎゅうにゅう まがりせんべい	ごはん	かにたまご ごまあえ みそしる	たまご にぼし	かに	かたくりこ いりごま じゃがいも	ねぎ コーン しめじ	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	ぎゅうにゅう レーズンおしほん
30	金	ぎゅうにゅう カルシウム せんべい	ごはん	タンダーリーチキン コーンいりおひたし みそしる	とりにく とうふ	ヨーグルト にぼし		たまねぎ にんじん	あおな コーン	もやし キャベツ	ぎゅうにゅう オレンジ
31	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	ソーセージ	パン	フルーツ			おちゃ おかし

※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。



「楽しい食事」から育つ

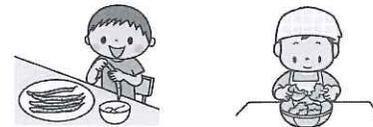


「楽しい食事」体験は、子どもの五感を育て、食べる意欲を育てます。食べる意欲は生きる意欲になります。それには生活全体を見通した、大人のはたらきかけが重要です。1年も終わりに近づき、4月からは新たなステップに進む子どもたち。1年間のご家庭での食生活を子どもとともに振り返ってみましょう。出来なかったことは4月からの新たな課題とし、出来るようになったら親子で喜び合えるようにしましょう。

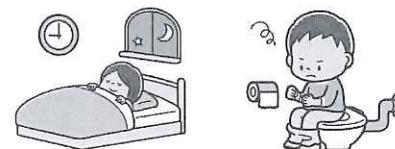
①家族そろっての楽しい食事



②幼児期からの食事づくり体験



③規則的な生活リズムの確立(快眠・快食・快便)



1ねんかんをふりかえろう

できるようになったことはあるかな?
できるようになったことにいろをぬってみよう

◎あさごはんをまいにちたべた



◎ごはんのみそしるをたたく
ならべることができた



◎よくかんでたべた



◎いろいろないろのなかまの
たべものをたべた



◎はしをじょうずにつかうことが
できた

