



こんだてひょう

大石田町立大石田保育園

日	曜日	献立名	未満児午前 おやつ	午後 おやつ
①	きん	～おひなさまランチ～ ひしもちちらしごはん とりにくのてりやき はなふぶきサラダ はまぐりのうしおじる ★さんしょくはなゼリー	ジュース おかし	カルピス ひなあられ
4	げつ	★ハンバーグデミグラスソース ブロッコリーおかかあえ ★コーンスープ いちご	むぎちや おかし	★アイス
5	か	やきざかな ★はるさめサラダ ★さつまいものみそしる ★なっとう バナナ	ジュース おかし	M おかし
⑥	すい	～㊦そつえんおめでとうランチ～ ★サンドイッチ ★からあげ だいこんとみずなのごまドレッシング もやしのスープ わくわくデザートプレート	むぎちや おかし	M おかし
7	もく	さばのしおやきだいこんソース ★わかめときゅうりのツナあえ ★ワントンスープ みかん	むぎちや おかし	M おかし
⑧	きん	★きつねうどん はくさいレモンサラダ ★クリームチーズあえ	ジュース おかし	むぎちや ジャムトースト
11	げつ	★ささみのあおのりてんぷら ひじきのマリネ ★なめこじる バナナ	むぎちや おかし	M おかし
12	か	(3才以上児・ちゅうりっぷ・ゆりぐみ)♪てづくりおべんとうび♪テーマ「すきなもの」 (すみれぐみ)やきざかな ほうれんそうおひたし とうふのみそしる オレンジ	ジュース おかし	★プリンアラモード
⑬	すい	★はるよこいごもくごはん とりにくのパンこやき はくさいとハムのフレンチサラダ ふのすましる ★カルピスももゼリー たんじょうしゃバースディケーキ	むぎちや おかし	むぎちや おかし
14	もく	ぶりのゆずみそやき なまあげとこまつなのにももの ★いもこじる みかん (未満児:さけのゆずみそやき)	むぎちや おかし	M おかし
⑮	きん	★スパゲティーナポリタン はくさいいそあえ チンゲンサイスープ いちご	ジュース おかし	ジュース そつえん おいおいケーキ
18	げつ	ほうれんそうカレー はくさいとみかんのすのもの むぎちや バナナ	むぎちや おかし	M おかし
⑲	か	しょうゆラーメン だいこんナムル いちごとバナナのミルクかけ	ジュース おかし	むぎちや おかし
21	もく	ポークピカタ こまつなとあさりのしょうががえ なっとうじる みかん	むぎちや おかし	M いちごむしパン
22	きん	さわらのなたねやき きりこんぶのいために あさりのみそしる ヨーグルト (未満児:たらなたねやき)	ジュース おかし	M おかし
25	げつ	じゃがいものそぼろに りんごとかぶのサラダ にらたまじる いちご	むぎちや おかし	ヨーグ おかし
26	か	かじきまぐろのたつたあげ ブロッコリータルタルふう キャベツのみそしる みかん	ジュース おかし	M おかし
27	すい	ぶたにくしょうがやき まいたけソテー けんちんじる グレープフルーツ	むぎちや おかし	M バナナきなこ
28	もく	やきししゃも あさりいりりどうふ チンゲンサイのみそしる バナナ (未満児:やきざかな)	むぎちや おかし	むぎちや おかし
⑳	きん	パン アンパンマンココット キャベツとコーンのドレッシングサラダ だいこんスープ いちご	むぎちや おかし	ジュース スイート ポテト

たんぽぽくおめでとう!
おいおいケーキ・こんにゃくちぎり!

楽しく食べて、心も体も元気いっぱいな子どもに

1年間の給食はどうでしたか?「給食の先生、おいしいよ。またつくってね。」の言葉は何よりもうれしいです。おいしく食べてもらってみんなを笑顔にすることができたかなと思っています。楽しく食べることは、人間関係が強くなり自然と会話もふえます。何よりも子どもの心が安定し食欲もわいてきます。食べることは生きることにつながり、体だけでなく心の栄養も満タンになることで、子どもは大きく成長していきます。

～1年間の食事をふり返りましょう～

この1年間を通して、どれだけ旬の食材を味わえたでしょうか?旬の味を知ることで、それぞれの食材が持つおいしさを伝えていけたらと思います。

「食べることは生きること」4色の栄養や体のしくみを知り、食べる意欲へとつながっているようです。そして何よりも「みんなでおいしく給食を食べること」が一番の栄養になったようです。ご家庭でも1年間の食事をふり返ってみましょう。

～さくらぐみから～リクエストメニュー～

さくらぐみのみなさん、もうすぐ卒園!おめでとう!!
さくらぐみのみんなが今まで食べた給食の中で、また食べたいと思うものをリクエストしてくれました。
★のメニューです。みなさん味わって食べて下さいね!!



～3月平均栄養量～

★3才以上児(副食給食)★

エネルギー409kcal、たんぱく質24.4g、
脂質21.8g、食塩1.9g

★3才未満児(完全給食)★

エネルギー446kcal、たんぱく質20.4g、
脂質16.2g、食塩1.6g

～おいしい献立紹介～

22日「さわらの葉種焼き」

細かく切ってゆでた菜花、みじん切り人参をマヨネーズで和え、さわらの上のせる。その上から粉チーズをかけてオーブンで焼いてできあがり!!

おいしい絵本

「うんめえめえし」

作/おくはらゆめ(ほるぷ出版)

ふたごのやぎ、あんちゃんともなちゃん、レストランのコックさん。春の野原に「うんめえ たべもの」を探しに出かけます。旬の「うんめえ」ものを、たっぷり味わった気持ちにさせてくれる絵本です。

○の日はごはんいりません 12日(か)てづくりおべんとうび