

給食だより

2022年3月
あけぼのこども園



～感謝の気持ちをもって食事をしよう～

食事の前には感謝の気持ちを込めて「いただきます」とあいさつをします。そして、食事の後には、食材を育てたり、集めたり、料理をしたりと、駆け回ってくれた人にありがとう、という意味を込めて「ごちそうさま」とあいさつをします。

感謝の気持ちを育むことは、食材や食事への関心を高め、それがおいしさにもつながります。



		3月の献立	午前おやつ	午後おやつ
1	火	たらマヨ焼き 春雨ひき肉炒め フロccoliーおかか和え フルーツ	ヨーグルト	お菓子
2	水	八宝菜 キャベツツナサラダ つけ野菜	お菓子	フルーツ ポンチ
3	木	ほうれん草シチュー ナゲット マカロニサラダ フルーツ	フルーツ	ひなまつり ケーキ
4	金	かに玉スープ キョーザ もやしとさみしめ おかかふりかけ フルーツ	ヨーグルト	バター スティック
5	土	焼き鮭 きんぴらごぼう ポテトサラダ フルーツ	お菓子	お菓子
6	日	休日		
7	月	かじきカツ もやしとらこ炒め フロccoliーサラダ	フルーツ	お菓子
8	火	マーボー豆腐 肉シュウマイ 小松菜サラダ フルーツ	お菓子	米粉 クッキー
9	水	すきやき風煮 白身魚のフライ スパゲティサラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
10	木	千キン南蛮 春雨マヨサラダ つけ野菜	お菓子	オレンジ ゼリー
11	金	赤魚煮付け ひじきだし巻き卵 トマトサラダ フルーツ	ヨーグルト	シュガー トースト
12	土	鶏マーレード煮 春雨ツナ炒め ほうれん草なめたけ和え	お菓子	お菓子
13	日	休日		
14	月	焼き魚(ホッケ) 子とえ 小松菜サラダ フルーツ	フルーツ	お菓子
15	火	さつまい 揚げフライ ごぼうサラダ チーズ納豆 フルーツ	ヨーグルト	お菓子
16	水	お別れお誕生会 ひなまつりちらし 照り焼き千キン つけ野菜	...	手作り 肉まん
17	木	骨ごとさんま煮 もやしひき肉炒め ポテトサラダ フルーツ	フルーツ	お菓子
18	金	ちくわ納豆 ひじき煮 ほうれん草ツナ和え	お菓子	クリーム サンドイッチ
19	土	ポークカレー エビフライ コールスロー フルーツ	ヨーグルト	お菓子
20	日	休日		
21	月	祝日・春分の日		
22	火	肉じゃが マカロニサラダ つけ野菜 フルーツ	お菓子	さつまいも ドーナツ
23	水	れんこんバーグ 和風ひとロスパ ほうれん草ごま和え	ヨーグルト	お菓子
24	木	鮭みそマヨ焼き 大根とほろあんかけ トマトサラダ	フルーツ	お菓子
25	金	千キンカツ きんぴらごぼう フロccoliーサラダ	お菓子	ホットケーキ
26	土	豚汁 えびシュウマイ もやし和え物 しらすふりかけ フルーツ	お菓子	お菓子
27	日	休日		
28	月	ベーコンシチュー ケチャップウインナー コールスロー フルーツ	お菓子	お菓子
29	火	さんまみりん焼き 子とえ 小松菜なめたけ和え フルーツ	お菓子	野菜 スコーン
30	水	おからコロケ 切干大根煮 ほうれん草かぼ焼き和え	フルーツ	お菓子
31	木	せんべい汁 エビかつ 中華春雨サラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子

3月3日はひなまつり

ひなまつりとは、3月3日の桃の節句のことで、健やかな成長や幸せを願ってお祝いをする日です。

この日に食べられるひなあられには、桃・緑・黄・白がそれぞれ四季を表しているとき、一年をつうじて健康にすごせますようにと願いがこめられています。

～3月 行事食予定～

3日 ひなまつりケーキ
16日 ひなまつりちらし



2月行事食ご紹介



2/3
節分いわし
ハンバーグ

2/3
鬼のパンツ風
シフォンケーキ



※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。玄関に掲示してお知らせします。