



給食だより

2025年3月
あけぼのこども園



～感謝の気持ちでいただきます～

おいしいご飯が食べられるのは、農家さん・漁師さん・食べ物を運ぶ人・料理してくれる人・そして働いてくれる家の人など多くの人に支えられているからです。
大きな声で「いただきます」「ごちそうさま」と感謝の気持ちを伝えましょう。
また、苦手な食べ物にもひと口でも頑張ってチャレンジしてみましょう。
ひとつでも好き嫌いを克服し進級できるように応援しています。



		3月の献立	午前おやつ	午後おやつ
1	土	かに玉スープ アジフライ マカロニサラダ	ヨーグルト	お菓子
2	日	休日		
3	月	マーボー豆腐 もやしささみ和え つけ野菜 フルーツ	お菓子	三色 蒸しパン
4	火	きのこトマトのミートボール 春雨ツナ炒め 小松菜ごま和え	お菓子	お菓子
5	水	親子煮 とんかつ ごぼうサラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
6	木	塩鮭 ひじき煮 ポテトサラダ フルーツ	お菓子	バナナ ケーキ
7	金	肉豆腐 子ねえ つけ野菜	お菓子	クリーム サンド
8	土	豚汁 エビしょうまい キャベツツナサラダ フルーツ おかかふりかけ	ヨーグルト	お菓子
9	日	休日		
10	月	千キンカツ おから炒め ほうれん草かぼちゃ和え	お菓子	お菓子
11	火	いも汁 白身魚フライ マカロニサラダ フルーツ	お菓子	フルーチェ
12	水	お別れお誕生会 ひなにぎり ナゲット コールスロー フルーツ	...	フルーツ サンド
13	木	タラマヨ焼き だし巻き卵 トマトサラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
14	金	和風きのこハンバーグ ひとロスバ つけ野菜	お菓子	豆腐 ドーナツ
15	土	ミートコロッケ かぼちゃ甘煮 小松菜ツナ和え	ヨーグルト	お菓子
16	日	休日		
17	月	肉団子スープ エビフライ もやし中華和え フルーツ	お菓子	アメリカン ドッグ
18	火	カレー煮付け きんぴらごぼう 小松菜ごま和え	お菓子	お菓子
19	水	照り焼きチキン 春雨ツナ炒め ほうれん草なめたけ和え	ヨーグルト	お菓子
20	木	祝日・春分の日		
21	金	さつまい ぎョーザ 中華春雨サラダ	お菓子	バター スティック
22	土	ポークカレー ケチャップウインナー コールスロー フルーツ	ヨーグルト	お菓子
23	日	休日		
24	月	鶏マーレード煮 もやしたらご炒め フロッキーおかか和え	お菓子	のり塩 ポテト
25	火	コーンシチュー エビかつ 春雨マヨサラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
26	水	焼き魚(さば) もやしひき肉炒め ほうれん草ごま和え フルーツ	お菓子	カルピスゼリー
27	木	せんべい汁 春巻き キャベツツナサラダ フルーツ チーズ納豆	ヨーグルト	お菓子
28	金	赤魚煮付け かぼちゃごぼうあんかけ つけ野菜	お菓子	ココア トースト
29	土	すきやき風煮 肉しょうまい スパゲティサラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
30	日	休日		
31	月	おからボール 子ねえ フロッキーサラダ	お菓子	フルーツ ボンチ

《身につけたい食事のマナー》

口を閉じてよく噛んで食事をする事ができていますか？
口を開けてくちやくちや食べたり、大きな音を立てて食べたりすると、周りの人に不快な思いをさせてしまうことがあります。
口を閉じて、おいしく味わうことは食事のマナーのひとつです。また、口を閉じて噛むことは、マナー以外でも大切なことです。

①食事のマナーのため
他の人へ不快感を与えない



②健康のため
よく噛むことで食べ物が小さくなり、消化しやすくなる

③安全のため
口を閉じて噛むことで誤嚥(窒息事故)を予防できる



行事食のご紹介 2月節分ロールケーキ

2月3日に行われた豆まき会の日のおやつは「節分ロールケーキ」でした。
鬼のパンツ柄のスポンジの中にはクリームとバナナが入っていましたよ♪



※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。