



3月の献立予定表

さくら保育園

園長印

日	曜	3歳未満児		献立名	3時のおやつ
		10時のおやつ	主食		
1	金	牛乳	◎	五目ちらし寿司 豚肉の紅茶煮 すまし汁	牛乳 ビスケット
4	月	飲むヨーグルト	胚芽米	酢豚 豆腐の中華スープ 果物(りんご)	牛乳 かぼちゃのホットケーキ
5	火	牛乳	胚芽米	白身魚のステーキ わかめスープ 大豆の甘煮	牛乳 きな粉揚げパン
6	水	牛乳	胚芽米	筑前煮 白菜のみそ汁 果物(花みかん)	牛乳 麩のラスク
7	木	牛乳	胚芽米	納豆 豚肉のオイスター炒め ほうれん草のみそ汁	牛乳 焼うどん
8	金	牛乳	胚芽米	白身魚のマヨコーン焼き にんじんのポタージュ 果物(オレンジ)	牛乳 ビスケット
11	月	牛乳	胚芽米	鶏のつくね煮 ほうれん草ソテー キャベツのみそ汁	麦茶 フルーチェ
12	火	麦茶・チーズ	胚芽米	ドライカレー ブロッコリーとかぼちゃのサラダ 麦茶	麦茶 赤飯 漬物
13	水	牛乳	◎	ツナスパゲティ 卵入り野菜スープ フルーツヨーグルト	牛乳 ふかし芋
14	木	牛乳	胚芽米	ハヤシライス フレンチサラダ 麦茶 果物(バナナ)	麦茶 しらすおにぎり
15	金	牛乳	胚芽米	白身魚の照り焼き 麩のみそ汁 おから煮	牛乳 ウエハース
18	月	牛乳	胚芽米	豚肉の三色和え 大根のみそ汁 茎わかめの炒め煮	牛乳 お好み焼き
19	火	牛乳	胚芽米	ポークビーンズ チンゲン菜スープ みかんときゅうりの酢の物	牛乳 わかめごはん
20	水	飲むヨーグルト	胚芽米	サーモンローフ 春雨スープ 果物(パイン缶)	牛乳 コーンフレーク
22	金	牛乳	胚芽米	ししゃもフライ 大根のみそ汁 ひじきの炒め煮	牛乳 せんべい
25	月	牛乳	胚芽米	手作りしゅうまい 中華スープ 切干大根の煮物	麦茶 黒砂糖蒸しパン
26	火	牛乳	胚芽米	白身魚のあけぼの焼き マカロニスープ 果物(もも缶)	牛乳 フルーツサンド
27	水	りんごジュース	胚芽米	生揚げの五目煮 白菜の卵とじ汁 ブロッコリーのおかかあえ	ココアミルク ホットケーキ
28	木	牛乳	胚芽米	麻婆豆腐 卵入り中華スープ 果物(バナナ)	牛乳 菜めし
29	金	牛乳	胚芽米	チキンカレー フルーツヨーグルト 麦茶	牛乳 せんべい

◎は完全給食の日です。都合により献立に変更がある場合がありますので、ご了承ください。

作りたいメニューがありましたら保育士まで声を掛けてください。

1食当たり 平均栄養価	3~5歳 (主食除く)	1~2歳 (完全給)
エネルギー	396Kcal	491Kcal
たんぱく質	17.9g	18.7g
脂質	17.1g	16.4g
食塩	2.1g	1.8g

給食だよ!



今月で年長児さんは卒園となり、4月から小学1年生になりますね。乳幼児期に培った食を営む力は、人生の中で大切なパワーとなっていくと思います。これからも「主食・主菜・副菜」をそろえた食事を心がけ元気に過ごしてくださいね。

ひなまつり

春の訪れと女の子の健やかな成長を願ってお祝いする日です。

ひなまつりは「上巳の節句」ともいいます。3月上旬の巳の日に川に入って身を清めるという中国の行事が、紙の雛を川に流す風習に変わり、「ひいな遊び」と結びついてひな人形を飾るようになりました。



給食室より

今年度も残すところあとわずかになりました。冬眠していた動物も、おいしい食べ物を探しに目覚めてきます。春風に誘われて外へ出かけてみましょう! いろいろな発見があると思いますよ。



3月23日(土)は...

平成30年度

さくら保育園 卒園式

