



3月給食だより



平成27年3月1日

ちどり保育園

日	曜日	給食献立表	9時のおやつ	3時のおやつ
2	月	クリームシチュー フレンチサラダ 手作りふりかけ	牛乳 シガーフライ	牛乳 豆腐入りあべかわ団子
3	火	おひな寿司 鯖の生姜煮 菜の花和え すまし汁 オレンジ	牛乳 動物ビスケット	カルピス ひなあられ
4	水	マーボー大根 ナムル 花しゅうまい	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ごまクラッカー
5	木	親子煮 わけぎのぬた ミートボール	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 さつま芋入り蒸しパン
6	金	鮭のちゃんちゃん焼き ブロッコリーの塩茹 のっぺい汁	牛乳 バナナ	牛乳 バタークッキー
7	土	スパゲティーナポリタン バナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 ベジタベル
9	月	豚汁 ひじきのじゃこ煮 青菜のおひたし	牛乳 マンナ	牛乳 ミニメロンパン
10	火	高野豆腐のオランダ煮 ひじきとちりめんの和え物 味噌汁	牛乳 シガーフライ	牛乳 ハピーターン
11	水	手作りがんもどき 千草和え すまし汁	牛乳 動物ビスケット	牛乳 小魚アーモンド
12	木	すき焼き風煮 キャベツとわかめの酢の物 小魚佃煮	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 ベジータケーキ
13	金	ポークハヤシシチュー コールスローサラダ オレンジ	牛乳 かりんとう	牛乳 まがりせんべい
14	土	いなかうどん バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 クラッカー
16	月	クリームシチュー フレンチサラダ 手作りふりかけ	牛乳 マンナ	牛乳 豆腐入りあべかわ団子
17	火	鮭のちゃんちゃん焼き ブロッコリーの塩茹 のっぺい汁	牛乳 シガーフライ	牛乳 えびせん
18	水	鶏の唐揚げ スパゲティーソテー ポテトサラダ ブロッコリーのごま和え スープ パイン缶	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 ごまクラッカー
19	木	親子煮 青菜のおひたし りんご	牛乳 動物ビスケット	牛乳 さつま芋入り蒸しパン
20	金	中華丼 春雨サラダ トマト	牛乳 バナナ	牛乳 ばかうけ
21	土	卒園式		
23	月	豚汁 ひじきのじゃこ煮 青菜のおひたし	牛乳 シガーフライ	牛乳 ミニメロンパン
24	火	鯖のカレー醤油焼き 切干大根の炒め煮 グリーンポテト	牛乳 マリー	牛乳 カール
25	水	手作りがんもどき 千草和え すまし汁	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 ハムサンド
26	木	すき焼き風煮 キャベツとわかめの酢の物 しゅうまい	牛乳 動物ビスケット	牛乳 ベジータケーキ
27	金	ポークハヤシシチュー コールスローサラダ オレンジ	牛乳 マンナ	牛乳 リッツ
28	土	お弁当の日	牛乳 クラッカー	牛乳 ぼたぼた焼き
30	月	関東煮 豆腐と枝豆のナゲット 小松菜納豆 りんご	牛乳 シガーフライ	牛乳 米粉のもちもちケーキ
31	火	魚のフライ マカロニサラダ 焼きのり トマト	牛乳 動物ビスケット	牛乳 ミニサラダ

ぱんだ、きりん、らいおん組はお米2合を10日（火）までに持ってきて下さい。

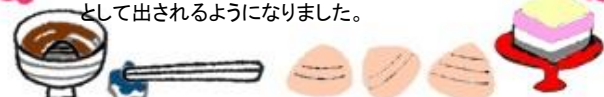
※3日（火）は3, 4, 5歳児は白ご飯はいりませんが、6日（金）に持って来て下さい。

※おやつメニューに関しては日によって変わる事もあります。ご了承ください。



桃の節句の「ひし餅」 「はまぐり」の意味は？

ひし餅のルーツは古代中国にあり、古代中国では母と子の健康を願い、母子草の餅を食べていました。これが日本ではよもぎ餅となり、長寿や純潔を表すひしの実を入れた白餅と、魔よけの意味をもつちなしの実を入れた赤餅が加わったといわれています。はまぐりは、「貝殻同士がぴったりと合わさる物は2つとない」ことから縁起物とされ、女の子がよい伴侶にめぐり会えるようにと、吸い物などに入れて祝い膳として出されるようになりました。



よくかむための言葉かけ

「モグモグ、カミカミ」と言っても、どうするのがわからない子どもには、子ども自身の手で奥歯を触らせて「ここでカミカミするよ」と伝え、「かんだらどんな音がするかな？ どう、聞こえたかな？」「かんだらどんな味がしてきた？」などと、自分がしっかりかむことで感じる感覚を、言葉にできるように働きかけます。食べ物のかみごたえを楽しみながら、ゆっくりと味わって食べましょう。

