



3月 給食献立表



榎ヶ原ちどり保育園 平成31年3月1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	金	牛乳 シガーフライ	洋風寿司 菜の花あえ すまし汁 もも缶	カルピスひなあられ
2	土	牛乳 ビスケット	いなかうどん 青菜のしらすあえ バナナ	牛乳 ビスケット
4	月	牛乳 バナナ	煮魚 ひじきのきんぴら みそ汁 焼きのり	牛乳 ワッフル
5	火	牛乳 コーンフレーク	手作りがんもどき 五色あえ 小魚佃煮 すまし汁	牛乳 ピザトースト
6	水	牛乳 ルヴァン	(親子会食) ロールパン クリーム煮 チキンナゲット	牛乳 ビスケット
7	木	牛乳 乳ボーロ	親子煮 わけぎのぬた りんご	牛乳 もやしとちりめんのチヂミ
8	金	牛乳 エースコイン	(お別れ会食) おにぎり ブロッコリー コーンポタージュ 鶏肉の竜田揚げ ウインナー 焼きそば ポテトサラダ トマト オレンジ バナナ	牛乳 ピーチケーキ
9	土	牛乳 ビスケット	焼きそば バナナ	牛乳 ビスケット
11	月	牛乳 ルヴァンクラシカル	鮭のレモン風味焼き おからの炒り煮 もずく入りみそ汁	牛乳 野菜かりんとう
12	火	牛乳 マンナ	関東煮 青菜のおかかあえ シューマイ パイン缶	牛乳 ミニメロンパン
13	水	牛乳 プチスナック	豆乳ミートグラタン 野菜スープ ブロッコリー 手作りふりかけ	牛乳 果物のヨーグルトかけ
14	木	牛乳 アスパラガス	鶏肉の中華風照り煮 ばんさんすう 煮豆 わかめスープ	牛乳 まがりせんべい
15	金	牛乳 シガーフライ	チキンカレーシチュー 大根サラダ オレンジ	牛乳 りんごケーキ
16	土		卒園式	
18	月	牛乳 こんがりサクサク	すきやき煮 キャベツとわかめの酢の物 オレンジ	牛乳 スイートポテト
19	火	牛乳 ルヴァン	手作りがんもどき 五色あえ 小魚佃煮 すまし汁	牛乳 チーズ・シスコーン
20	水	牛乳 乳ボーロ	煮魚 ひじきのきんぴら みそ汁 焼きのり	牛乳 小倉蒸しパン
22	金	牛乳 エースコイン	親子丼 わけぎのぬた オレンジ	牛乳 きなこクリームサンド
23	土	牛乳 ビスケット	スパゲティーナポリタン バナナ	牛乳 ビスケット
25	月	牛乳 ルヴァンクラシカル	鮭のレモン風味焼き おからの炒り煮 もずく入りみそ汁	牛乳 りんごケーキ
26	火	牛乳 マンナ	高野豆腐のオランダ煮 ひじきとちりめんのごまあえ 粉ふきいも	牛乳 カール
27	水	牛乳 バナナ	関東煮 青菜のおかかあえ シューマイ オレンジ	牛乳 ピザトースト
28	木	牛乳 プチスナック	鶏肉の中華風照り煮 ばんさんすう 煮豆 わかめスープ	牛乳 小魚甘辛・ぼくつとサンド
29	金	牛乳 アスパラガス	チキンカレーシチュー ごまドレッシングサラダ トマト パイン缶	牛乳 じゃこ豆おにぎり
30	土	牛乳 ビスケット	お弁当の日	



楽しくて
おいしい給食に



子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

こだわりポイント

- 旬の食材を使う
- 添加物や農薬に気をつけて食材を選ぶ
- だしから、すべて手作りにする
- 硬さや大きさなど年齢に合った食材の形状にする



ナノハナを食べて 春を感じよう

ナノハナは春に出回る食材のひとつで、園でも春に登場します。ナノハナはビタミン類や食物繊維が多いので、風邪予防や便秘予防に効果があります。大人にはほろ苦さが人気ですが、子どもたちには苦みが嫌で食べにくいようなので、マヨネーズで和えたり、肉といっしょに炒めたりすると食べやすくなります。黄色の花が可愛いナノハナ、目で楽しむのはもちろん、「春」の味として味わってみましょう。

