

令和 5年 3月

給食予定献立表

湯浦保育園

●給食年間目標●  
一口目は野菜から食べよう

日 曜	3歳未満児		昼 食			3時のおやつ	行事		
	おやつ	主食	主 菜 (赤)	副 菜 (緑)	汁物・他 (白)				
1 水	牛乳	卵ボーロ	麦ご飯	かぼちゃグラタン	マセドアンサラダ	コンソメスープ	麦茶 ☀️ 和風プリン		
2 木	牛乳	バナナ	〃	魚コロッケ	春雨の酢の物	なめこのみそ汁	牛乳 ☀️ おからスコーン		
3 金	牛乳	ビスケット	ちらし寿司	ちらし寿司・コロッケ・付け合せ・すまし汁・ゼリー			牛乳 ひな祭りスイーツ ひな祭り集会		
4 土	牛乳	せんべい	卵とじうどん・ゼリー			牛乳	ビスケット		
6 月	牛乳	ウエハース	麦ご飯	クリームシチュー	ブロッコリーとツナのサラダ	竹輪の磯辺揚げ	麦茶 バナナ・せんべい パンの日(さくら組)		
7 火	牛乳	クラッカー	〃	つくね蒸し	ほうれん草の胡麻和え	けんちん汁	牛乳 ☀️ りんごケーキ  おにぎりの日		
8 水	牛乳	黒棒	〃	魚のオープン焼き	ひじきの炒り煮	かきたま汁	牛乳 ☀️ チーズ蒸しパン		
9 木	牛乳	チーズ	〃	ポークカレー	スパゲッティサラダ	果物	麦茶 ☀️ ジャコトースト		
10 金	牛乳	クッキー	〃	お弁当の日  ジュース			牛乳 お菓子 お別れ遠足 お弁当の日		
11 土	牛乳	せんべい	にゅうめん・果物			牛乳	かりんとう		
13 月	牛乳	バナナ	麦ご飯	イタリアンオムレツ	鶏とお豆のサラダ	野菜スープ	麦茶 ☀️ 菜の花サンド パンの日(さくら組)		
14 火	牛乳	ビスケット	〃	ミートスパゲッティ	変わりきんぴら	レタスとコーンのスープ	牛乳 ☀️ すなっふ  おにぎりの日		
15 水	牛乳	丸ボーロ	〃	麻婆豆腐	白菜の土佐酢和え	ヨーグルト	麦茶 ☀️ アップルパイ		
16 木	牛乳	みかん	〃	魚の揚げ煮	切り干し大根の炒め煮	豆腐の味噌汁	牛乳 ☀️ マシュマロパー		
17 金	牛乳	クラッカー	〃	ピラフ	ベストサンド	茹でキャベツ コーンスープ プチゼリー	牛乳 ☀️ ケーキ 誕生会		
18 土	牛乳	かりんとう	あんかけ焼きそば・ヨーグルト			麦茶	チーズ・黒棒		
20 月	牛乳	黒棒	麦ご飯	変わりハンバーグ	粉ふき芋 トマト	白菜スープ	牛乳	せんべい	パンの日(さくら組)
21 火	<b>春分の日</b>								
22 水	牛乳	ビスケット	麦ご飯	太刀魚とエビのかき揚げ	キャベツの塩昆布あえ	中華スープ	牛乳	おかき	
23 木	牛乳	かりんとう	〃	鶏のから揚げ	春雨サラダ	洋風みそ汁	牛乳 ☀️ フルーツサンド	<b>修了式</b>	
24 金	<b>卒園式</b>								
25 土	肉団子スープ・プリン								
27 月	牛乳	せんべい	弁当・水筒			牛乳	ゼリー		
28 火	牛乳	あられ	弁当・水筒			牛乳	丸ボーロ		
29 水	牛乳	クッキー	弁当・水筒			牛乳	おにぎり		
30 木	牛乳	さつまいも	弁当・水筒			牛乳	ゼリー		
31 金	牛乳	バナナ	弁当・水筒			牛乳	クラッカー		

○さくら組さんは小学校給食の練習をします○  
週に2度、月曜日にパンと牛乳、木曜日にご飯と牛乳を食べます。月曜日は白ご飯はいりません。  
月、木は給食時に牛乳を飲むので、おやつ時は麦茶を飲みます。小学校の給食の様子を体験し、スムーズに移行できるといいですね♪



3月の食育目標  
楽しく食べよう!!

一年間の給食を振り返ってみよう!!!

- 1 食事の前に手洗いをしましたか?
- 2 食べることに感謝して食べましたか?
- 3 好き嫌いは減りましたか?
- 4 食事はよく噛んで食べましたか?
- 5 食事のマナーは守れましたか?
- 6 食事の準備や後片づけができましたか?

家庭での食生活も振り返ろう!!

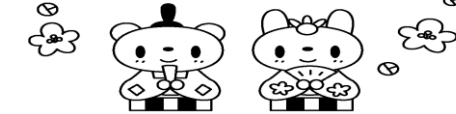
- 1 1日3食きちんと食べましたか?
- 2 間食は時間と量をきめて食べましたか?
- 3 ながら食べをしませんでしたか?
- 4 料理のお手伝いができましたか?

いくつできましたか? 出来なかったところは、来年度また頑張りますよ。  
さくら組さんは小学校に行っても、規則正しい食生活を続けてくださいね!!



“ひなあられ”の歴史

野外で神様を祭るとき、保存食として作られたのが始まりと言われています。春夏秋冬を表す「桃色・緑・黄・白の4色」が元々の色だったようです。



- お知らせ○
- 3日(金) ひな祭り集会  
園でご飯を炊きますので、おはしだけもたせてください
- 10日(金) お別れ遠足・お弁当の日  
おかず付きのお弁当を作ってきてください
- 17日(金) 誕生会  
おはしを忘れないように持ってきてください
- 24日(金) 卒園式

