

平成29年3月献立表(後期・完了期)

二川保育園

日	曜	献立名			赤色	黄色	緑色
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品
13	月	ほしいも 麦茶	ごはん コーンシチュー風 菜の花のサラダ 玉ねぎのスープ	♪フルーツゼリー 麦茶 おせんべい	鶏肉	ごはん じゃがいも さつまいも	玉ねぎ 人参 菜の花 キャベツ もやし コーン いちご みかん缶
14	火	ビスケット 麦茶	ごはん さわらの塩麴焼き ほうれん草の磯和え かき玉汁	♪ほうとうの甘煮 麦茶 バナナ	さわら のり 鶏卵	ごはん ほうとう	ほうれん草 もやし 玉ねぎ 小松菜 ねぎ バナナ
15	水	みかん 麦茶	ごはん 鶏の甘辛煮 納豆サラダ 豚汁	クラッカー 麦茶 りんご	鶏肉 納豆 豚肉	ごはん	もやし 胡瓜 人参 白菜 大根 ごぼう ねぎ りんご 小松菜 みかん
16	木	バナナ 麦茶	ごはん カレイの洋風焼き フレンチサラダ 白菜のスープ	♪シュガートースト 麦茶 みかん	カレイ	ごはん 食パン	コーン もやし キャベツ 胡瓜 白菜 玉ねぎ 人参 エリンギ みかん バナナ
17	金	人参スティック 麦茶	ごはん 肉じゃが わかめの酢の物 人参のみそ汁	♪マカロニきなこ 麦茶 いちご	豚肉 わかめ	ごはん じゃがいも	玉ねぎ 人参 もやし 胡瓜 いちご
18	土	スパゲティミートソース コンソメスープ ミニゼリー	胡瓜のサラダ	おかし 麦茶	豚肉	スパゲティ	玉ねぎ 胡瓜 もやし りんご じゃがいも 人参 コーン
6	月	おせんべい 麦茶	かぼちゃのほうとう ひじきのハンバーグ 大根のじゃこ和え	♪しらすのおにぎり 麦茶 みかん	豚肉 しらす 豆腐 鶏肉 ひじき	ほうとう ごはん	かぼちゃ 人参 白菜 大根 ねぎ 玉ねぎ 大根 コーン 小松菜 みかん
7	火	みかん 麦茶	ごはん たらとやさいの煮物 キャベツとたまごのサラダ ミネストローネ	♪粉ふきいも 麦茶 いちご	たら 鶏卵 大豆	ごはん マカロニ じゃがいも	玉ねぎ しめじ 人参 キャベツ もやし トマト いちご みかん
8	水	いちご 麦茶	ごはん マーボー豆腐 バンバンジーサラダ わかめスープ	♪セサミパン 麦茶 りんご	豆腐 豚肉 鶏肉 わかめ	ごはん	玉ねぎ 人参 ニラ 胡瓜 もやし ねぎ 干し椎茸 りんご いちご
9	木	りんご 麦茶	ごはん まぐろの煮付け 春雨サラダ かぶと麩のすまし汁	コーンフレーク 麦茶 オレンジ	まぐろ	ごはん 春雨 麩	もやし 胡瓜 人参 コーン かぶ かぶの葉 玉ねぎ ねぎ オレンジ りんご
24	金	バナナ 麦茶	ごはん 鶏肉じゃが もやしの甘酢和え 青菜のみそ汁	♪きなこプリン 麦茶 ビスケット	鶏肉	ごはん じゃがいも きなこ	玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 バナナ
11	土	ツナサンドパン 魚肉ソーセージ バナナ	野菜ジュース	おかし 麦茶	ツナ 魚肉ソーセージ	パン	バナナ
10	金	★誕生会 お楽しみ給食★					
3	金	おせんべい 麦茶	ひしもち風ごはん 菜の花のオムレツ キャベツの塩昆布和え 手毬麩のすまし汁	ひなあられ 麦茶 りんご	鶏卵 塩昆布	ごはん 麩	人参 大根 コーン 菜の花 玉ねぎ キャベツ もやし ほうれん草 ねぎ りんご

※献立内の青色は「日本の行事食」です。今月はひなまつりの食べ物「ひしもちとひなあられ」です。

※ピンク色の食材は旬の食材です。うちのごはんにも取り入れて下さいね。

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

♪『ひなまつり』♪

3月3日はひなまつりです。お雛様を飾り、ひしもちやひなあられなどをひな壇にお供えます。
 ひしもちは緑、白、桃のおもちをひし形に重ねて切った和菓子です。色の意味はいくつかの説がありますが、緑は「健やかな成長」、白は「子孫繁栄と純潔」、桃色は「魔除け」と女の子の健全な成長が願われている意味があります。他には緑が「大地」、白は「雪」、桃色は「桃」、三色合わせると「雪の下に新芽が芽生え、桃の花が咲く」という春の景色を表している説もあります。
 ひなあられは昔、女の子が雛人形に春の景色を見せてあげようと外へ連れ出してあげる「ひなの国見せ」という風習があり、その時に野外で食べられていたあられがひなあられの由来となりました。

●進級にむけて...
 うめ組での生活もあと1か月となり、これまで月齢や個人差に合わせて食具に興味を持てるように関わってきました。1歳10か月くらいの子どもたちはスプーンとフォークを使い、秋以降の生まれの子どもたちはスプーンで上手にすくえるように先生の補助を受けながら給食を食べています。上手に食べられた子どもたちは、とてもうれしそうに笑い楽しそうに食べています。ぜひうちでもスプーンやフォークが上手に使えたらたくさんほめてあげてくださいね。もも組になって給食の時間ももっと楽しくなるはずですよ♪



※都合により献立、食材が変更になる場合があります。