

## 令和8年3月 献立表 (後期・完了期)

## 二川保育園(小林作成)

日	曜	献立名			赤色 血や肉を作る食品	黄色 カや体温となる食品	緑色 体の調子を整える食品
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ			
2 16 30	月	人参ステイック	ごはん 魚の中華炒め 和風サラダ 若竹汁	♪ふのラスク 麦茶 バナナ	赤魚 きなこ かつお節 わかめ	ごま ごはん ふ 春雨	玉ねぎ 人参 ねぎ 大根 水菜 胡瓜 たけのこ みつば バナナ 小松菜
17 ・ 31	火	胡瓜ステイック	ごはん たらの西京焼き さっぱり和え 鶏団子汁	♪蒸しパン 麦茶 オレンジ	たら 鶏肉	ごはん パン	玉ねぎ 人参 もやし 胡瓜 キャベツ 椎茸 ごぼう オレンジ
4 ・ 18	水	じゃがいも煮	パン のり塩チキン フレンチサラダ コーンスープ	♪野菜マカロニ 麦茶 バナナ	鶏肉 青のり	パン 春雨 マカロニ じゃがいも	人参 玉ねぎ コーン缶 ブロッコリー レタス もやし きゅうり バナナ
5 ・ 19	木	バナナ	ごはん 鮭のおろし煮 炒り豆腐 青菜のみそ汁	♪いちごプリン 麦茶 おせんべい	鮭 ひじき 豆腐	ごはん	大根 椎茸 人参 いんげん 玉ねぎ 小松菜 ねぎ いちご バナナ
7 14 28	土	おかし	ごはん 煮物 もやしのおかか和え わかめのみそ汁	バナナ 麦茶 おせんべい	豚肉 わかめ かつお節	ごはん	玉ねぎ 人参 バナナ ねぎ
9 ・ 23	月	人参ステイック	きつねうどん 鶏肉の煮物 かぶの和え物	♪わかめおにぎり 麦茶 デコポン	油揚げ わかめ かつお節 鶏肉	うどん	玉ねぎ 人参 菜の花 かぶ もやし ねぎ ほうれん草 デコポン
10 ・ 24	火	胡瓜ステイック	ごはん まぐろ煮 納豆サラダ わかめのみそ汁	♪蒸しパン 麦茶 いちご	まぐろ 納豆	ごはん	もやし 胡瓜 人参 玉ねぎ えのき 水菜 ねぎ いちご ほうれん草
11 ・ 25	水	さつまいも煮	麻婆豆腐丼 菜の花のナムル 春雨スープ	♪人参ケーキ 麦茶 デコポン	豆腐 鮭	ごはん さつまいも	玉ねぎ ねぎ 菜の花 もやし しめじ 人参 キャベツ デコポン
12 ・ 26	木	ステイックパン	ごはん かれいの煮付け なめたけ和え かぶのみそ汁	♪ゼリー 麦茶 おせんべい	かれい	ごはん パン	もやし 胡瓜 なめたけ かぶ 小松菜 人参 ねぎ
13 ・ 27	金	人参ステイック	ごはん 野菜煮込み わかめのごま塩サラダ 玉ねぎのスープ	♪サンドイッチ 麦茶 オレンジ	豚肉 わかめ ごま	ごはん じゃがいも パン	かぶ 玉ねぎ 人参 コーン もやし キャベツ オレンジ
21	土	おかし	ごはん 煮物 スープ バナナ	バナナ 麦茶 おせんべい	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 バナナ
6	金	★誕生会 お楽しみ給食★					
3	火	☆ひなまつり給食★ ちらし寿司 鶏肉の煮物 ミモザサラダ 手まり麩のすまし汁	♪カップケーキ～いちごのせ～ 麦茶 ひなあられ	鶏肉	ごはん 麩	人参 絹さや レタス 胡瓜 ブロッコリー 玉ねぎ 椎茸 ねぎ みつば ほうれん草 いちご	

※献立内の青色は食育カレンダーの給食を提供します。

※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。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。



## ♪『サンドイッチの日』

3を1で挟む(サンドする)語呂合わせから生まれました。サンドイッチはパンに具をはさんで食べるイギリス生まれの料理です。手で持つて食べられるので仕事やあそびの間に食べられていました。

## ♪『カレンダー給食』

今日はなんの日?をテーマに毎月食育カレンダー給食を実地してきました。行事や記念日にちなんだ献立を通して、由来や意味を知り楽しみながら食に触れる機会となりました。食への興味関心を深めるきっかけとなっていたら嬉しいです。

## ～1年を振り返って…～

入園してからの子どもたちの成長は給食の様子でもうかがえます。食べさせてもらっていた子が、自分で食べるようになり、食具をもったり、使ったり…食べられる食材や量も増えて、大きめのものも咀嚼もしっかりするようになります。

園では1歳半を目安に離乳食から幼児食への移行を考えています。個人差もありますのでおうちでの食事の様子を教えていただくとともに、子どもたちがスムーズに幼児食に移行していくように保護者・担当・栄養士とで情報共有していきましょう。