

3月

給食だより



令和5年

認定こども園 愛媛帝京幼稚園

日 曜	献立	3色分類			アレルギー	9時	15時
		あか 体をつくる・血や肉になる	き (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)			
1 水	ごはん すきやき ほうれん草のたくあん和え キャンディーチーズ	牛肉 焼き豆腐 チーズ	米 サラダ油 三温糖 いりごま	だいこん にんじん はくさい たねぎ ほうれんそう キャベツ たくあん	乳 牛肉 大豆 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 キャラット寒天 (手作り)
2 木	ごはん 豚のしょうが焼き キャベツの甘酢和え フルーツ(オレンジ)	豚肉 かに風かまぼこ	米 サラダ油 三温糖	たまねぎ にんじん しょうが きゅうり キャベツ オレンジ	かに オレンジ 豚肉	牛乳 りんご	牛乳 いちごスペシャルパン
3 金	<ひな祭り・誕生会> ちらし寿司 鶏のから揚げ 菜種サラダ さくらもち	むきえび かまぼこ 鶏肉 鶏卵	米 三温糖 サラダ油 でん粉 さくらもち	グリーンピース しょうが ミントマ レタス ブロccoli きゅうり にんじん	鶏肉 卵 えび	牛乳 バナナ	牛乳 カルシウムせんべい
4 土	ごはん すまし汁 フライ盛り合わせ 和風スパゲティサラダ フルーツ(バナナ)	えびフライ 白身魚フライ 豆腐	米 コロケ サラダ油 スパゲティ 和風ドレッシング	だいこん にんじん はくさい 葉ねぎ きゅうり キャベツ バナナ	えび 小麦 バナナ 大豆	牛乳 オレンジ	牛乳 フレンチトースト (手作り)
6 月	ごはん かき玉汁 魚の西京焼き きんぴらごぼう りんご	さわら 白みそ 豆腐 鶏卵 かに風かまぼこ 油揚げ	米 サラダ油 でん粉 ごま油 三温糖 いりごま	しめじ にんじん 葉ねぎ ごぼう もやし りんご	大豆 ごま りんご	牛乳 バナナ	牛乳 プチシュークリーム
7 火	焼きそばパン 牛乳 おにぎり(0.12才) 切り干し大根サラダ オレンジ	豚肉 牛乳	コッペパン 米 蒸し中華めん サラダ油 マヨネーズ	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン 切干しだいこん きゅうり オレンジ	卵 小麦 乳 オレンジ 豚肉	牛乳 りんご	牛乳(0.12才) かっぱえびせん
8 水	中華丼(もち麦ごはん) かぼちゃひき肉フライ フルーツ(バナナ)	豚肉 むきえび	米 もち麦 ごま油 でん粉 かぼちゃひき肉フライ サラダ油	たまねぎ にんじん はくさい 生しいたけ トマト レタス バナナ	バナナ 鶏肉 豚肉 ごま	牛乳 オレンジ	牛乳 マドレーヌ
9 木	ごはん 牛肉の焼き肉風 山吹あえ フルーツ(りんご)	牛肉 鶏卵	米 サラダ油 三温糖	キャベツ たまねぎ ピーマン りんご きゅうり カットわかめ りんご	りんご 牛肉	牛乳 いちご	牛乳 バタースイートパン
10 金	<年長うどんパーティ> ごはん 鶏肉のごまダレ焼き 海そうらダ プチゼリー	鶏肉 牛肉 油揚げ 鶏卵 えび	米 うどん 三温糖 いりごま 和風ドレッシング サラダ油 ゼリー	キャベツ にんじん きゅうり トマト レタス カットわかめ こねぎ たまねぎ	鶏肉 牛肉 ごま ゼラチン 卵 えび	牛乳 りんご	牛乳 ココナッツサブレ
11 土	三色丼 筑前煮 フルーツ(オレンジ)	鶏肉 鶏卵 ちくわ	米 さといも サラダ油 こんにやく 三温糖	にんじん れんこん だいこん さやいんげん オレンジ	小麦 オレンジ 鶏肉 卵	牛乳 バナナ	牛乳 クワッサン
13 月	ごはん 味噌汁 魚の天ぷら ひじきの煮物 フルーツ(バナナ)	まだい 豆腐 麦みそ だいず 油揚げ	米 てんぷら粉 サラダ油 三温糖	たまねぎ にんじん カットわかめ ひじき グリンピース バナナ	小麦 バナナ 大豆	牛乳 オレンジ	牛乳 黒糖まんじゅう
14 火	ハンバーガー 牛乳 ごはん(0.12才) フレンチサラダ ヘム鉄ゼリー	合いびきミンチ 豆腐 牛乳 脱脂粉乳 鶏卵	黒糖パン 米 パン粉 サラダ油 ヘム鉄ゼリー フレンチドレッシング	たまねぎ にんじん レタス トマト きゅうり キャベツ コーン	小麦 乳 牛肉 オレンジ 豚肉 ゼラチン 大豆	牛乳 りんご	牛乳(0.12才) おととつと
15 水	ごはん 麻婆豆腐 春雨の酢の物 フルーツ(りんご)	豆腐 豚ミンチ 赤みそ 鶏卵	米 三温糖 でん粉 サラダ油 はるさめ ごま油	にんじん たまねぎ 太ねぎ にんにく しょうが きゅうり りんご	りんご 豚肉 大豆 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 小倉ケーキ (手作り)
16 木	ごはん 豚肉の柳川風煮 五色和え フルーツ(いちご)	豚肉 油揚げ 鶏卵 かつお節	米 三温糖 いりごま	ごぼう たまねぎ はくさい にんじん こねぎ ほうれんそう もやし いちご	豚肉 大豆 ごま	牛乳 オレンジ	牛乳 プリン
17 金	カレーライス ごまダレサラダ お祝い紅白ゼリー	牛肉 ホイップクリーム	米 じゃがいも サラダ油 いちごゼリー いりごま	にんじん たまねぎ グリンピー ス だいこん きゅうり	オレンジ 牛肉 ゼラチン ごま	牛乳 りんご	牛乳 星たべよせんべい
18 土	★ 卒園式 ★						
20 月	<終園式> ごはん チキンカツ シーフードマリネ フルーツ(オレンジ)	鶏肉 かに風かまぼこ むきえび	米 小麦粉 パン粉 サラダ油 いりごま 三温糖	レタス トマト きゅうり オレンジ	かに 小麦 オレンジ 鶏肉 ごま	牛乳 白桃缶	牛乳 スナックパン
22 水	ごはん 春巻き 中華スープ ピーズサラダ チーズ	春巻き かに風かまぼこ だいず チーズ	米 サラダ油 ごま マヨネーズ	カットわかめ はくさい きゅうり キャベツ にんじん えだまめ	かに 卵 小麦 乳 豚肉 大豆 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 ビーブ
23 木	もち麦ごはん つくし煮 焼きビーフン フルーツ(バナナ)	鶏ミンチ 豆腐 豚肉	米 もち麦 でん粉 三温糖 ビーフン	たまねぎ 葉ねぎ にんじん はくさい れんこん 生しいたけ もやし ピーマン バナナ	バナナ 鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 オレンジ	牛乳 マリービスケット
24 金	ごはん 肉豆腐 青菜とちりめん炒め フルーツ(りんご)	牛肉 豆腐 ちりめん 竹輪	米 しらたき サラダ油 三温糖	たまねぎ にんじん えだまめ もやし こまつな りんご	りんご 牛肉 大豆	牛乳 いちご	牛乳 野菜かりんとう
25 土	ミートスパゲティ マセドアンサラダ フルーツ(オレンジ)	合いびきミンチ 粉チーズ	スパゲティ じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ にんじん きゅうり コーン オレンジ	卵 小麦 乳 オレンジ 牛肉 豚肉	牛乳 バナナ	牛乳 きな粉ホットケーキ (手作り)
27 月	ごはん 魚の煮付け 白和え フルーツ(バナナ)	まだい 豆腐 白みそ	米 三温糖 生ふ いりごま	しょうが ほうれんそう にんじん バナナ	小麦 大豆 ごま バナナ	牛乳 りんご	牛乳 ミレービスケット
28 火	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 ひじきとれんこんのサラダ フルーツ(りんご)	鶏肉 まぐろ水煮	米 サラダ油 三温糖 マヨネーズ	ブロッコリー たまねぎ にんじん ひじき れんこん キャベツ コーン りんご	卵 小麦 りんご 鶏肉	牛乳 バナナ	牛乳 ぼたぼた焼き
29 水	ちゃんぽんうどん おにぎり ささみのみそマヨ和え フルーツ(バナナ)	豚肉 かまぼこ 鶏肉 麦みそ	米 うどん マヨネーズ	キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ だいこん きゅうり バナナ	卵 小麦 バナナ 鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 オレンジ	牛乳 アンパンマンせんべい
30 木	ごはん ロールキャベツ ツナボテサラダ フルーツ(オレンジ)	鶏ミンチ まぐろ水煮	米 じゃがいも マヨネーズ	キャベツ たまねぎ パセリ きゅうり コーン にんじん ミニトマト オレンジ	卵 オレンジ 鶏肉	牛乳 りんご	牛乳 揚げたこ
31 金	ごはん 鶏のから揚げ マカロニサラダ フルーツ(いちご)	鶏肉	米 でん粉 マカロニ サラダ油 マヨネーズ	コーン にんじん レタス キャベツ ミントマ きゅうり いちご	鶏肉小麦 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 粒々オレンジゼリー (手作り)

※天候や季節による仕入れの変更で、献立内容が変わる場合もありますが、ご了承下さい。

～食育だより～

寒さも少しずつ和らぎ、日に日に春を感じられるようになりましたね。あつという間に今年度も残りわずかとなりました。子ども達は、一年間様々な行事や活動を通して、体も心も大きくなりたくさんの思い出もできたと思います。子ども達の「ごちそうさま」「おいしかった」などの言葉はとてもうれしく、私たちのほげみになっています。年長さんは、一年生になっても、元気いっぱいたくさんの事にチャレンジして、頑張ってくださいね。



【ひな祭り】

3月3日はひな祭りで、「桃の節句」と呼ばれ、ひな人形を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。園でも、行事にちなんだ献立を用意しています。

♪うどんパーティ♪

3月10日に、年長さんと、うどんパーティをします。バイキング形式で、いろんなトッピングがあるよ。楽しみにしていてね(\*^-\*)

