3月の給食だより

【今月の目標】
食器や箸を正しく持ち、
姿勢よく食事をしよう

2026年2月27日
足羽東こども園

日	曜	献立名	9時30分(未満児)	15時(全員)	延長保育(飲み物　お茶)
2	月	うめ組希望給食　ななくさがゆふう　あかうおのにつけ きゅうりともやしのナムル　オレンジ	牛乳 ウエハース	ミルク ぱりんこ	せんべい
3	火	ひな祭り会食　ちらしずし　ハンバーグ ブロッコリーのごまあえ　わかめとにんじんのすましじる	牛乳 紫芋せんべい	おちゃ ひなあられ	クッキー
4	水	マーボーどうふ　しゅうまい　コーンいりきゅうりのすのもの	牛乳 野菜家族	おちゃ てづくりクッキー	ビスケット
5	木	とりにくのケチャップに　のりしおこふきいも しめじとたまねぎのスープ	牛乳 プチクッキー	おちゃ ばかうけ	せんべい
6	金	誕生会　ベーコンいりピラフ　キャベツメンチ ブロッコリーのマヨネーズあえ　ジュリアンスープ	牛乳 じゃが芋煎餅	カルピス こめこタルト	クッキー
7	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 せんべい	お茶 クッキー	
9	月	さばのかばやき　きりぼしだいこんとやさいのナムル かぼちゃとねぎのみそしる	牛乳 ミニクッキー	おちゃ ムーンライト	ビスケット
10	火	もやしいりぶたにくのあまずいため ほうれんそうとにんじんのおかかあえ　うすあげとかぶのみそしる	牛乳 塩せんべい	ミルク たまごせんべい	せんべい
11	水	てりやきにくだんご　やさいいりスパゲティいため わかめとたまねぎのすましじる	牛乳 ソフトせんべい	おちゃ　せんべい 災害時用おにぎり	クッキー
12	木	ひまわり組希望給食　ポークカレーシチュー　からあげ　みかん	牛乳 小魚家族	おちゃ ひじきあられ	ビスケット
13	金	てづくりハンバーグ　こまつなとにんじんのソテー ふとたまねぎのみそしる	牛乳 ボーロ	ミルク ほしたべよ	せんべい
14	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 せんべい	お茶 クッキー	
16	月	しろみさかなのフライ　キャベツとにんじんのソテー さつまいもとたまねぎのみそしる	牛乳 せんべい	おちゃ こめこケーキ	クッキー
17	火	たまねぎいりとりにくのさっぱりに　いんげんのごまあえ うどんいりすましじる	牛乳 プチクッキー	おちゃ かぼちゃせんべい	ビスケット
18	水	ぶたじゃが　しらすいりきゅうりのすのもの　えのきとねぎのみそしる	牛乳 ビスケット	ミルク やさいせんべい	せんべい
19	木	ビビンバどん　だしまきたまご　トマト　あっさりスープ	牛乳 ソフトせんべい	ミルク チョイス	クッキー
20	金	春分の日			
21	土	(新年度準備の為、土曜保育はありません)			
23	月	希望保育の為お弁当(全員水筒、お箸セットをお持ちください)	お茶 せんべい	おちゃ カップデザート	ビスケット
24	火	ヒレカツ　こまつなのにびたし　だいこんとにんじんのみそしる	牛乳 塩せんべい	ミルク こざかなぱりぱり	せんべい
25	水	パンの日　オムレツ　やさいいりビーフンいため　こんさいスープ ジャム	牛乳 ウエハース	おちゃ あげせんべい	クッキー
26	木	さばのみそに　キャベツのゆかりあえ　じゃがいもとたまねぎのみそしる	牛乳 お子様せんべい	おちゃ やきいも	ビスケット
27	金	たまねぎいりぶたにくのしょうがやき　きゅうりのちゅうかあえ さつまいもとねぎのみそしる	牛乳 ゼリー	ミルク Ca せんべい	せんべい
28	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 せんべい	お茶 クッキー	
30	月	さけのステーキソースかけ　かぼちゃのふくめに もやしいりやさいのみそしる	牛乳 ライスパフ	牛乳 しおせんべい	クッキー
31	火	お楽しみ弁当の日(全員水筒、お箸セットをお持ちください)	おちゃ 野菜家族	ジュース いもけんぴ	ビスケット

＊調理員の出勤状況により献立が変更になる場合があります

手作りおやつ

食育活動
✿うめ組希望給食
✿ひな祭り会食
✿ひまわり組希望給食

【今月使用する食材の産地】
北海道、青森、茨城、長野、岐阜、愛知、静岡、富山、石川、福井、和歌山、徳島、高知、福岡、宮崎、鹿児島、フィリピン、メキシコ

食育だより

　進級・卒園まで残りわずかです。園では、栽培活動や収穫体験、クッキングなどさまざまな食の経験を積み重ねてきました。振り返ると、苦手な物を食べられるようになったり食べる量も増えたり、食事マナーが身についたりするなど、こどもたちの成長を感じられるのではないでしょうか。
　園での経験や思い出を胸に、これからも楽しく食事をしながら、元気に育って欲しいと願っています。

普段の食生活について１年を振り返ってみて、あてはまる所に〇をつけてみましょう

食事の前にしっかりと手洗いした	心を込めて食事の挨拶をした	よく噛んで味わって食べた	正しい姿勢お箸の持ち方ができた	好き嫌いせず栄養バランスよく食べた	皆で楽しく食事ができた
〇 or ✕	〇 or ✕	〇 or ✕	〇 or ✕	〇 or ✕	〇 or ✕

3月3日はひな祭り

　ひな祭りは「桃の節句」とも呼ばれ、古くから続く年間行事のひとつです。お雛様の起源は、人形が身代わりになって邪気を払う「流しびな」の儀式と言われています。そこから、女の子の幸せと健やかな成長をお祈りするようになりました。園では、ひな祭り会食として「ちらし寿司」と「ひなあられ」を提供します。

3.11 災害食

　園では、災害などの非常時に備えて、食料や水などを備蓄しています。子どもたちにも災害について考え、備蓄品を食べ慣れてもらうため、11日のおやつでは備蓄しているα化米や水を使用し、おにぎりを提供します。ご家庭でも定期的に備蓄品の見直しや、実際に調理、食べてみたりして災害に備えましょう！

プチパンケーキ・おこのみやき作り

自分で生地を混ぜて、焼いて、みんな楽しそうに取り組んでいました♪

食べきり活動

残さず食べよう、福井の野菜の劇を鑑賞しました。お家でもお話を聞いてみてくださいね