



# 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

2023年2月28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)
1	水	ジャーマンポテトカレーふうみ きりぼしだいこんとやさいのナムル あっさりスープ	牛乳 卵ボーロ	ミルク いちごむしパン	Ca せんべい
2	木	ひなまつり会食 ちらしずし はながたにこみハンバーグ ブロッコリーのマヨネーズぞえ はなふのすましじる カップデザート	牛乳 ウエハース	ジュース ひなあられ	ぱりんこ
3	金	あかうおのにつけ こーんいりはるさめサラダ さつまいものみそしる ふりかけ	牛乳 お子様せんべい	おちゃ ヨーグルト	ビスケット
4	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 クッキー	お茶 せんべい	
6	月	はるキャベツいりポトフ チーズいりきざみなっとう スライスきゅうり バナナ	牛乳 プチクッキー	ミルク こざかなパリパリ	ソフトせんべい
7	火	お別れ会食 あっさりチャーハン ポテトとおこめのささみかつ マカロニサラダ ジュリアンスープ	牛乳 野菜家族	ミルク ひじきいりあられ	クッキー
8	水	さけのしおやき げんきぴーまんのきんぴら そうめんじる	牛乳 ベビーせんべい	ミルク ビスケット	野菜せんべい
9	木	やきそばパン きゅうりのすのもの あっさりスープ フルーツミックスヨーグルト (ひまわりぐみ希望給食)	牛乳 お米ボーロ	おちゃ きなこマカロニ	白い風船
10	金	まーぼー豆腐 ひじきいりむししゅうまい スティックきゅうり	牛乳 卵ボーロ	ミルク ひとくちせんべい	お子様えびせん
11	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 ビスケット	
13	月	とうふいりにこみハンバーグ のりしおこふきいも こんさいスープ	牛乳 卵せんべい	ミルク クッキー	プチクッキー
14	火	とりにくのけちやっぷに コーンいりいんげんのソテー じゃがいもとベーコンのスープ	牛乳 ほうれん草の煎餅	ミルク やさいせんべい	星たべよ
15	水	しろみざかなのいそべフライ ほうれんそうとにんじんのおかかあえ とうふとえのきのみそしる	牛乳 ビスケット	ミルク ぱりんこ	ウエハース
16	木	ポークカレーシチュー ふくしんづけ フルーツミックスとうにゅうヨーグルト	牛乳 きな粉ウエハース	ミルク おこさまえびせん	南瓜せんべい
17	金	ビビンバどん だしまきたまご トマト はるさめスープ	牛乳 塩せんべい	カルピス こめこのタルト	揚げせんべい
18	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 ビスケット	お茶 せんべい	
20	月	さばのみそに にんじんいりキャベツのゆかりあえ たまご豆腐いりすましじる オレンジ	牛乳 カルマフふわせん	ミルク ジャムサンド	小魚せんべい
21	火	春分の日			
22	水	ヒレカツ ほうれんそうとツナのごまずあえ わかめとたまねぎのみそしる	牛乳 たべっこベビー	ミルク あげせんべい	ビスケット
23	木	希望保育 (ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 ソフトせんべい	お茶 サラダせんべい	
24	金	希望保育 (ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい)	お茶 お子様せんべい	お茶 しろいふうせん	
25	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	
27	月	ウインナーいりやさしいため ボイルやさいのフレンチドレッシングがけ ふとキャベツのみそしる	牛乳 南瓜せんべい	ミルク バナナ	あられ
28	火	さけのムニエルタルトソースぞえ こまつなどもやしのソテー マカロニスープ	牛乳 ゼリー	おちゃ やきいも	一口せんべい
29	水	ぶたじゃが しらすいりきゅうりのすのもの うどんいりすましじる	牛乳 お米ボーロ	ミルク ビスケット	お子様えびせん
30	木	パン ジャム&マーガリン とりのからあげ トマト ゼリー ブロッコリーのマヨネーズぞえ ジュリアンスープ (うめぐみ希望給食)	牛乳 小魚家族	ミルク こめこクレープ	ビスケット
31	金	オムレツ やさいいりスパゲティケチャップいため とうふとわかめのスープ	牛乳 ミニクッキー	ジュース ほしたべよ	白い風船

## 食育活動

2日 ひな祭り会食

ひな祭りに関するクイズをします (3~5歳児)

13日 クッキー作り (給食者)

ひまわり組からのメッセージカードを添えて各クラスに配ります

手作りおやつ

【今月使用する食材の産地】







北海道・青森・千葉・神奈川・長野・岐阜  
愛知・静岡・富山・石川・福井・和歌山  
徳島・愛媛・高知・宮崎・フィリピン

# 食育だより

日ごとに暖かさを感じられる季節になりました。

入園当初は食べたことの無い食材や野菜に苦戦していた子ども達も、食育活動の中で野菜を触ってみたり、栽培・収穫をしながら食べ物に興味を持ち、苦手だった物も食べられるようになりました。これからも楽しく食事をしながら元気いっぱい大きくなって欲しいと思います。

## 普段の食生活について1年間の振り返りをしてみましょう

<p>○決まった時間に食べる</p> 	<p>○バランスよく何でも食べる</p> 	<p>○家族と一緒に食卓を囲む</p> 
<p>○姿勢よく、正しく食具を使う</p> 	<p>○食事の準備や片付けなどのお手伝いをする</p> 	<p>○快眠、快便</p> 

### ナイフ・フォークを使っての給食(4.5歳児)

慣れないナイフとフォークを使って給食を食べました。「難しい」「上手に切れたよ」などの声がありましたが、最後まで楽しく食べる事が出来ました。



### うどん作り(全園児)

ビニールの上からうどん踏み体験しました。うどんは踏むことでコシがでて美味しくなります。いち・に、いち・にと「スムよく」「おいしくなあれ、おいしくなあれ」と一生懸命に踏みました。おやつ時間にはみんな「美味しい」と喜んで食べていました。



\* ビニールは衛生面を考慮し、2重になっています