

	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ
1 火	牛乳 せんべい	鶏の変わり焼き みそ汁 ほうれんそうとツナのサラダ	牛乳 パン
2 水	牛乳 せんべい	白身魚の香味焼き みそ汁 ひじきサラダ	牛乳 ★ごましおおにぎり
3 木	牛乳 せんべい	お誕生会 ちらし寿司 鶏の唐揚げ フロccoliリー和え すまし汁 黒豆	牛乳 ひなあられ
4 金	牛乳 ビスケット	肉じゃが そうめんみそ汁	牛乳 ★ふくれ菓子
5 土	牛乳 せんべい	ハヤシライス フレンチサラダ	お茶 ヨーグルト せんべい
6 日	お 休 み		
7 月	牛乳 ビスケット	鶏のマーメイド焼き 貝汁 キャベツの三杯酢和え	牛乳 ★マドレーヌ
8 火	牛乳 せんべい	竹輪の磯部揚げ みそ汁 ほうれん草のごま和え	牛乳 果物 せんべい
9 水	牛乳 せんべい	野菜ラーメン ぎょうざ	牛乳 ★フライ風ポテト
10 木	牛乳 せんべい	中華丼 もやしとハムのナムル	牛乳 一口ゼリー せんべい
11 金	牛乳 せんべい	西京焼き けんちん汁 野菜の青しそ和え	牛乳 ★ピザトースト
12 土	愛情弁当		
13 日	お 休 み		
14 月	牛乳 ビスケット	白身魚のみみじ焼き 豚汁 小松菜フレンチ	牛乳 ★ココア蒸しパン
15 火	牛乳 せんべい	わかめうどん 変わりかき揚げ	牛乳 ★南瓜マフィン

◎午前のおやつは3歳未満児だけです ☆は手作りおやつです(^-^)

	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ
16 水	牛乳 ビスケット	ずき焼き風 船場汁	牛乳 ゼリー せんべい
17 木	牛乳 せんべい	白身魚のフライ 吉野汁 大根の酢の物	牛乳 ミニドーナツ せんべい
18 金	牛乳 せんべい	ハンバーグ オニオンスープ マカロニサラダ	牛乳 ★大学芋
19 土	牛乳 せんべい	クリームシチュー ミモザサラダ	牛乳 チーズ ビスケット
20 日	お 休 み		
21 月	お 休 み		
22 火	牛乳 せんべい	焼き鮭 みそ汁 ひじきの炒め煮	お茶 ★フルーチェ
23 水	牛乳 せんべい	チンジャオロース かきたま中華スープ	牛乳 ★たこ焼き
24 木	牛乳 ビスケット	焼きそば みそ汁	牛乳 果物 せんべい
25 金	牛乳 せんべい	お別れ会 (きりん組) カレー・ポテト・コールスローサラダ・果物 (ひよこ組・ぞう組) カレー・コールスローサラダ	牛乳 ケーキ
26 土	牛乳 ビスケット	他人丼 白菜の酢の物	牛乳 ゼリー せんべい
27 日	お 休 み		
28 月	牛乳 せんべい	鮭のチーズ焼き ABCスープ アスパラとベーコンのソテー	牛乳 今川焼
29 火	牛乳 せんべい	肉うどん ごぼうサラダ	牛乳 ヨーグルト ビスケット
30 水	牛乳 せんべい	鶏の照り焼き みそ汁 コールスローサラダ	牛乳 ミニドーナツ せんべい
31 木	休 園 日		

寒さが和らぐ中で、進級・卒園までもう少し。今年度も園給食にご協力いただきありがとうございます。子どもたちが給食を楽しみにしてくれていると思って、私たちも頑張ることができました。食を通して、子どもたちの成長を保護者の方とともに見守ることができたことを心より感謝申し上げます。
3月の行事食はひな祭りに向けてちらし寿司を提供いたします。
今年度も残りわずかとなりますが どうぞよろしく願いいたします。

給食室一同



3月25日のお別れ会はご飯をお持ち下さい。

おいしい&抵抗力もアップ！春先のブロッコリー

冬から春先にかけてが旬のブロッコリーは、癖がないことから、子どもに人気の緑黄色野菜の1つです。ビタミンC、E、β-カロテン、鉄分、食物繊維を豊富に含み、たんぱく質と組み合わせれば、抵抗力アップにもつながります。選ぶときには、中央がこんもりしていて緑色が濃い物、つぼみが小さく締まっている物を。甘くて柔らかい印です。湯で時間は短く、水にさらすと香りが低下するので、ざるにあげて冷まします。和える、炒める、焼くなど、いろいろな調理法が可能で、副菜にぴったりの食材です。

