



給食・食育だよ!




令和5年度 3月号 鹿児島みなみ保育園

	午前のおやつ (3回食)	昼 食 (2回食)	昼 食 (3回食)	午後のおやつ (3回食)
1 金	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、ブロッコリー、キャベツ)	軟飯 豆腐のすまし汁 白身魚とブロッコリーの煮物	ひじきせんべい
2 土	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、玉ねぎ、人参)	軟飯 みそ汁 鶏と野菜の煮物	野菜せんべい
3 日	お 休 み			
4 月	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、人参、白菜)	軟飯 すまし汁 野菜とひじきの煮物	★蒸しパン
5 火	焼き芋クッキー	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、ほうれん草、人参)	軟飯 野菜うどん かぼちゃの煮物	バナナ
6 水	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、小松菜、大根)	軟飯 野菜スープ 白身魚と野菜のうま煮	かぼちゃ& にんじんりんぐ
7 木	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (じゃが芋、キャベツ、ほうれん草)	軟飯 コンソメスープ 鶏とじゃが芋の洋風煮	★わかめ軟飯
8 金	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、小松菜、人参)	軟飯 みそ汁 白身魚と野菜のどろどろ煮	野菜せんべい
9 土	かぼちゃ& にんじんりんぐ	愛 情 弁 当		小魚せんべい
10 日	お 休 み			
11 月	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、大根、人参)	軟飯 みそ汁 鶏と野菜のうま煮	ひじきせんべい
12 火	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、キャベツ、人参)	軟飯 キャベツのスープ 豆腐のそぼろ煮	★豆乳トースト
13 水	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、ブロッコリー、玉ねぎ)	軟飯 ほうれん草のスープ 鶏とブロッコリーの煮物	野菜せんべい
14 木	焼き芋クッキー	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、玉ねぎ、人参)	軟飯 すまし汁 白身魚と野菜のみそ煮	小魚せんべい
15 金	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、白菜、人参)	軟飯 みそ汁 麻婆豆腐風	バナナ

★は手作りおやつです(^-^)

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。食をとおして、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。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】



	午前のおやつ (3回食)	昼 食 (2回食)	昼 食 (3回食)	午後のおやつ (3回食)
16 土	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、キャベツ、人参)	鶏丼 中華風スープ	かぼちゃ& にんじんりんぐ
17 日	お 休 み			
18 月	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、大根、ほうれん草)	軟飯 みそ汁 白身魚と野菜のどろみあん	★しらす軟飯
19 火	かぼちゃ& にんじんりんぐ	おかゆ 野菜の煮物 (じゃが芋、ブロッコリー、人参)	軟飯 野菜スープ 鶏とブロッコリーの煮物	焼き芋クッキー
20 水	春 分 の 日			
21 木	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、小松菜、人参)	軟飯 すまし汁 鶏とひじきの煮物	ひじきせんべい
22 金	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、白菜、玉ねぎ)	軟飯 みそ汁 白身魚と野菜の中華風煮	野菜せんべい
23 土	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、キャベツ、人参)	軟飯 野菜スープ 鶏と豆腐のケチャップ煮	小魚せんべい
24 日	お 休 み			
25 月	焼き芋クッキー	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、ほうれん草、人参)	軟飯 すまし汁 鶏と野菜のうま煮	ひじきせんべい
26 火	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、キャベツ、玉ねぎ)	軟飯 たくとうどん さつまいもの煮物	★蒸しパン
27 水	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、小松菜、人参)	軟飯 すまし汁 白身魚と野菜のうま煮	★パン粥
28 木	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、ブロッコリー、キャベツ)	軟飯 コンソメスープ 鶏と野菜の豆乳煮	★青のり軟飯
29 金	かぼちゃ& にんじんりんぐ	おかゆ 野菜の煮物 (じゃが芋、ほうれん草、白菜)	軟飯 みそ汁 白身魚とじゃが芋の煮物	野菜せんべい
30 土	休 園 日			
31 日	お 休 み			

ひなまつり (桃の節句)



女の子が未永く幸せになれるように願う行事です。

ひもち : 花の紅、雪の白、新芽のみどりという「春」を表しています。

ひなあられ : 桃、緑、黄色、白の4色で式を表しており、1年をとおして健康に過ごせるようにという願いが込められています。

【かぼちゃのきな粉お焼き】



- かぼちゃ・・・2切れ
 - 牛乳・・・小さじ1
 - きなこ・・・小さじ1/2
 - 片栗粉・・・小さじ1/2
1. かぼちゃは皮をむいてレンジでやわらかく加熱。
 2. すべてをフォークでつぶしながら混ぜ、3等分したら平たくまらめて、フライパンで焼く。