



# 給食・食育だよ！

令和6年度 3月号 鹿兒島みなみ保育園

	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 土	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、玉ねぎ、人参)	鶏丼 わかめスープ	野菜せんべい
2 日	お 休 み			
3 月	ハイハイ	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、人参、ブロッコリー)	軟飯 すまし汁 鶏とブロッコリーの煮物	小魚せんべい
4 火	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、人参、キャベツ)	軟飯 さつまいもの煮物 たくたうどん	ひじきせんべい
5 水	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、白菜、人参)	軟飯 みそ汁 鶏と野菜のうま煮	★にんじん軟飯
6 木	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (じゃが芋、レタス、人参)	軟飯 キャベツスープ 鶏とじゃが芋の洋風煮	野菜せんべい
7 金	かぼちゃ& にんじんりんぐ	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、ほうれん草、人参)	軟飯 すまし汁 白身魚と豆腐のみそ煮	★パン粥
8 土	野菜せんべい	愛 情 弁 当		ひじきせんべい
9 日	お 休 み			
10 月	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、ブロッコリー、人参)	軟飯 すまし汁 白身魚と野菜ののどろ煮	かぼちゃ& にんじんりんぐ
11 火	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、大根、人参)	軟飯 みそ汁 鶏と根菜の煮物	野菜せんべい
12 水	ハイハイ	おかゆ 野菜の煮物 (じゃが芋、キャベツ、人参)	軟飯 野菜スープ 白身魚と野菜のうま煮	★豆乳トースト
13 木	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、人参、玉ねぎ)	軟飯 みそ汁 豆腐チャンプルー	ひじきせんべい
14 金	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (じゃが芋、ブロッコリー、人参)	軟飯 コンソメスープ 鶏と野菜の豆乳煮	ハイハイ
15 土	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 すまし汁 かぼちゃと野菜のそぼろ煮	野菜せんべい

★は手作りおやつです(^-^)

	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 日	お 休 み			
17 月	かぼちゃ& にんじんりんぐ	おかゆ 野菜の煮物 (じゃが芋、玉ねぎ、人参)	軟飯 みそ汁 肉じゃが風	小魚せんべい
18 火	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、人参、ほうれん草)	軟飯 ほうれん草のスープ 鶏と野菜の中華風煮	バナナ
19 水	小魚せんべい	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 すまし汁 白身魚とブロッコリーの煮物	★わかめ軟飯
20 木	春 分 の 日			
21 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 かぼちゃの煮物 野菜うどん	野菜せんべい
22 土	ハイハイ	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、白菜、ブロッコリー)	鶏丼 野菜スープ	小魚せんべい
23 日	お 休 み			
24 月	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、白菜、人参)	軟飯 みそ汁 白身魚と白菜の煮物	★かぼちゃ軟飯
25 火	小魚せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、小松菜、人参)	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐風	ハイハイ
26 水	ひじきせんべい	おかゆ 野菜の煮物 (里芋、人参、玉ねぎ)	軟飯 すまし汁 鶏と野菜のうま煮	野菜せんべい
27 木	かぼちゃ& にんじんりんぐ	おかゆ 野菜の煮物 (さつまいも、キャベツ、人参)	軟飯 キャベツスープ 白身魚と野菜洋風煮	★パン粥
28 金	野菜せんべい	おかゆ 野菜の煮物 (かぼちゃ、人参、大根)	軟飯 みそ汁 野菜のそぼろ煮	ひじきせんべい
29 土	小魚せんべい	愛 情 弁 当		かぼちゃ& にんじんりんぐ
30 日	お 休 み			
31 月	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。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】



## 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
- かぼちゃは皮をむいてレンジでやわらかく加熱。
  - 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。