

きゅうしょくだより3月号



行事と献立



花輪さくら保育園

早いもので、今年度も残すところ一か月となりました。徐々に気温が上がり、春の訪れを感じられるようになってきました。

子どもたちは行事や活動を通して体も心も大きくなり、たくさんの思い出をつくったことでしょう。また、給食を通して成長した子どもたちが少しでも食に興味を持ってもらえたらうれしく思います。

楽しい食生活

楽しい食事から育つもの

子どもたちは、おいしいものを食べる力だけではなく、五感をしっかりと使った食べ方が必要です。楽しい体験は、五感を育て、食欲を育てます。それには生活全体を見通した食育での働きかけが重要です。食べる意欲の大切さを毎日の生活を通して伝えましょう。

①幼少期からの食事体験



②家族そろっての楽しい食事



③規則的な生活リズムの確立



④快眠・快食・快便 自立生活



冬に多い食中毒(ノロウイルス)にご注意を!

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発症していますが、特に低温乾燥の冬季に流行します。手指、食品などを介して口などに入ることによって感染するので、嘔吐や下痢、腹痛などを起こし、子どもが感染すると重症化することもあります。

未満児の主食

- 4日 おにぎり
- 15日 ラーメン (0歳児 うどん)
- 25日 おにぎり

手作りおやつ

- 5日 小豆クッキー
- 14日 マーブル蒸しパン

日	曜	行事	昼食	3時	10時未満児
1	金		ちらし寿司 エビフライ 温野菜 春雨のすまし汁 いちご	お茶 ケーキ	果汁
2	土		具だくさん汁 白菜のかつお和え ふりかけ	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
3	日				
4	月		つくねのお好み焼き風 切干大根の炒め煮 高野とえのきのみそ汁	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
5	火		ハムカツ 三色マリネ 白菜と玉葱のみそ汁 オレンジ	牛乳 手作りおやつ	お茶 お菓子
6	水		さばの香味焼き もやしの炒め物 キャベツと油揚げのみそ汁 フルーツ缶	スキムミルク お菓子	お茶 お菓子
7	木		チーズ入り玉子焼き 鶏じゃが 手作りふりかけ 大根となめこのみそ汁	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
8	金		お別れ会メニュー	パフェ	ヤクルト
9	土		ビビンバ丼風 れんこんサラダ かぶと生揚げのみそ汁	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
10	日				
11	月		パンプキングラタン 五目きんぴら キャベツと板ふのみそ汁	ヨーグルト	お茶 お菓子
12	火		すき焼き風 マカロニサラダ 玉葱と玉子のみそ汁 いよかん	ミロ お菓子	お茶 お菓子
13	水		ひき肉カレー ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	果汁 お菓子	牛乳
14	木		ほっけの磯辺揚げ 筑前煮 大根と小松菜のみそ汁 オレンジ	牛乳 手作りおやつ	お茶 お菓子
15	金		焼売 わかめサラダ 具だくさん汁	ヤクルト お菓子	お茶 お菓子
16	土		芋と鶏のケチャップ煮 ミモザサラダ 白菜と椎茸のみそ汁	果汁 お菓子	お茶 お菓子
17	日				
18	月		松風焼き にらともやしのソテー かぼちゃのみそ汁 いよかん	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
19	火		ささみのマヨカレーフライ ひじきの炒め煮 五目汁	ヨーグルト	お茶 お菓子
20	水				
21	木		酢鶏 ポテトサラダ 生揚げとなめこのみそ汁 オレンジ	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
22	金		赤魚の照り焼き おでん風 豚汁 フルーツ缶	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
23	土		具だくさん汁 大学芋 ふりかけ	果汁 お菓子	お茶 お菓子
24	日				
25	月		チキンチャップ 白菜とベーコンのサラダ チンゲン菜スープ	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
26	火		かにたま れんこん金平 手作りふりかけ 板ふと玉葱のみそ汁	ヨーグルト	お茶 お菓子
27	水		さばのソース焼き ビーフンソテー 芋と人参のみそ汁 オレンジ	ココア お菓子	お茶 お菓子
28	木		肉団子の甘酢あん 根菜の煮物 もやしのみそ汁 いよかん	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
29	金		チキンカレー キャベツサラダ フルーツヨーグルト	ヤクルト お菓子	果汁
30	土		麻婆豆腐 大学かぼちゃ 白菜としめじのみそ汁	牛乳 お菓子	お茶 お菓子
31	日				