



# 給食だより

令和7年 2月28日 めいほうこども園



## 3月

春の訪れをあらこちらで感じられるようになってきました。進級・卒園まであと少しですが、子どもさん達はこの1年で少しずつ色々な物を食べられるようになり、苦手な物にも挑戦する姿が見られ成長を感じる場面がたくさんありました。子どもさん達が今後も元気いっぱいにご飯が出来るように、3月もしっかり栄養バランスを考えた給食作りに取り組んでいきたいと思ひます。



### 今月の給食目標

未満児：みんなと一緒に楽しく食事をする  
以上児：食べ物に感謝しながら食事を楽しむ

### ひな祭り

「ひな祭り」は女の子の成長を願う行事で、モモの花が咲くころに行なわれるので「桃の節句」とも呼ばれています。ひな人形は、子どもたちの身代わりになって病気や事故から守ってくれるといわれています。ひな祭りは平安時代から続く伝統行事です。大切に受け継いでいきたいですね。



今年度の給食だよりは最後となりました。来年度もよろしくお願ひ致します。

### 3月の行事予定

3日(月) ひなまつり  
9時：バナナ  
12時：ちらし寿司 豆腐としめじのスープ  
ゴマサラダ ネーブル  
3時：カルピス ひなあられ スティックチーズ

5日(水) お弁当の日  
9時：牛乳 おにぎりせんべい  
3時：お菓子の袋詰め  
\*ご家庭からおかず入りお弁当と水筒をお願いします

14日(金) 誕生会(バイキング)  
9時：スティックチーズ 12時：お楽しみ  
3時：リンゴジュース せんべい

19日(水) お別れ会  
9時：牛乳 サッポロポテト  
12時：ポークカレー からあげ パンサンサー  
ヨーグルト  
3時：牛乳 ショートケーキ

## 予定献立表(3月)

日	未満児おやつ	副食	3時のおやつ
月 10 24	バナナ	豚汁 ほうれん草とシーチキンの和え物	ココアミルク せんべい スティックチーズ
火 11 25	牛乳 白い風船	魚フライ ごまソース すまし汁	牛乳 小豆ときなこのスコーン
水 12 26	牛乳 アンパンマンの野菜せんべい	高野豆腐のそぼろ海老あん煮 切り干大根とひじきのサラダ	いちごのパパロア
木 13 27	牛乳 丸ボーロ	魚の塩焼き 大根のごま酢和え かぼちゃの味噌汁	デコボン せんべい
金 28	オレンジ	里芋のうま煮 ツナサラダ	牛乳 じゃこ入りお好み焼き
土 1 15 29	いちごミルク	焼きそば 野菜フルーツジュース	牛乳 パン
月 17 31	牛乳 動物ビスケット	具だくさん汁 ほうれん草のおかか和え	フルーツポンチ
火 4 18	(4日)お茶 サッポロポテト (18日)お茶 おにぎりせんべい	(4日)牛肉と野菜の炒め物 大根の酢の物 (18日)ポークビーンズ 海藻サラダ みかん	(4日)ミルク せんべい バナナ (18日)牛乳 クラッカージャムサンド
水			
木 6	りんご	ビーフカレー 葉の花のおひたし 固形ヨーグルト	お茶 ぼたもち
金 7 21	スティックチーズ	白身魚の洋風焼き ポイルきゃべつ わかめスープ	ミルク りんご ウエハース
土 8 22	パン缶	親子うどん みかん	牛乳 パン
ひな祭り(3日)	バナナ	ちらし寿司 豆腐としめじのスープ ごまサラダ ネーブル	カルピス ひなあられ スティックチーズ

\* 都合により、メニューを入れ替える時がありますので、御了承下さい。

	熱量(Kcal)	蛋白質(g)	脂肪(g)	食物繊維(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	亜鉛(mg)	VA(μg)	VB1(Mg)	VB2(mg)	VC(mg)	食塩(g)	
未満児	基準	475	19.5	11-16	3.1	225	1.8	1.5	200	0.25	0.3	18	1.5
	1日1人当たり	485	16	12.9	4	243	1.8	2	192.3	0.37	0.35	29.1	1.3
以上児	基準	350	18.5	12-17	3.4	300	2.1	1.4	250	0.26	0.39	16	1.6
	1日1人当たり	388	16	13.9	4.6	265	1.6	1.8	226	0.21	0.4	31.6	1.6

