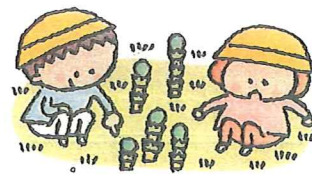




給食だより

令和5年度 2月29日 めいほうこども園



3月

寒さが和らぐ中で、進級・卒園までもう少し。子どもさん達はこの一年で少しずつ色々な物を食べられるようになったり、苦手なもの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。

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

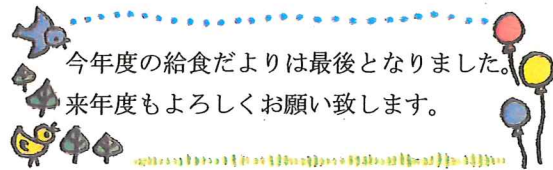
未満児：みんなと一緒に楽しく食べる
以上児：マナーを守って楽しく食事をしよう



「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。

3月の行事予定

- 1日(金) ひなまつり
9時：バナナ 12時：ちらし寿司 ポテトサラダ 青のりスープ デコボン
3時：カルピス ひなあられ スティックチーズ
- 5日(火) お弁当の日
9時：オレンジ 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(木) 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
- 22日(金) お別れ会
9時 牛乳 ビスコ
12時：ポークカレー からあげ バンサンスーヨーグルト 3時：牛乳 ショートケーキ



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。

		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	483	17.5	14.3	3.9	284	1.7	2	190.7	0.34	0.4	28.8	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	396	17.4	14.6	4.3	305	1.8	2	221.7	0.29	0.45	32.4	1.6

予定献立表(3月)

月	日	未満児おやつ	副食	3時のおやつ
月	11 25	牛乳 玉子ボーロ	鉄野菜たっぷり汁 シーチキン和え バナナ	牛乳 スイートポテト
火	12 26	(12日)オレンジ (26日)牛乳 クラッカー	(12日)魚のピザ焼き わかめスープ (26日)鮭のコーンマヨネーズ焼き もやしの味噌汁	(12日)お茶 クラッカー りんご (26日)ミルク スタミナ卵
水	13 27	牛乳 えびせん	栄養きんぴら 小魚サラダ オレンジ	牛乳 ちんすこう
木	28	牛乳 スティックパン	豆腐とえびのケチャップ煮 和風サラダ	ミルク バナナ かえりのカリカリ
金	15	牛乳 白い風船	チキンカツ ポイルきやべつ もずくのスープ	ミルク あられ スティックチーズ
土	2 16 30	りんご	汁ビーフン 固形ヨーグルト	牛乳 パン
月	4 18	牛乳 せんべい	クリームシチュー マカロニサラダ りんご	牛乳 にんじんクッキー
火	19	牛乳 クラッカー	鮭のコーンマヨネーズ焼き もやしの味噌汁	ミルク スタミナ卵
水	6 29	パン缶	切り昆布の炒め煮 菜の花のおひたし	ミルク せんべい いちご
木	7 21	スティックチーズ	ビーフカレー ひじきときやべつのサラダ	フルーツゼリー
金	8	牛乳 ビスコ	魚の小判揚げ 卵スープ	お茶 ぼたもち
土	9 23	バナナ	豆乳味噌うどん 果汁100%ジュース	牛乳 パン
ひな祭り(1日)		バナナ	ちらし寿司 ポテトサラダ 青のりスープ デコボン	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。

