

令和5年3月 行事・献立予定表

曜	行事		朝おやつ (0.1.2歳児)	昼食	3時おやつ	
1	水		ふかし芋	親子煮・わけぎのぬた・果物	牛乳・豆腐ドーナツ	
2	木	避難訓練	果物	手作りがんもどき・五色和え・小魚三杯酢	ミルク・米粉のココア蒸しパン	
3	金	ひな祭り・誕生日会	英語	きな粉クッキー	おひなずし・鶏肉のゆかり天ぷら・菜の花あえ・すまし汁・果物	カルピス・イチゴプリン
4	土	(おおふくこども園)	果物	スパゲティミートソース・ごま塩サラダ・果物	お茶・おにぎり	
5	日					
6	月	社会見学(5歳児)	英語	ふラスク	ビーフカレー・コールスローサラダ・果物	牛乳・焼きビーフン
7	火		バナナケーキ	鶏肉のごまみそ焼き・野菜とわかめの酢の物・ひじきのふりかけ・果物	ミルク・ごまクリームサンド	
8	水	お弁当の日・お別れ遠足(5歳児)	菓子	全園児お弁当・水筒の用意をお願いします		
9	木		焼きポテト	魚のマヨパン粉焼き・マカロニサラダ・果物	お茶・ほたもち	
10	金	スイミング・英語	小豆のスコーン	クリームシチュー・グリーンサラダ・果物	牛乳・塩焼きそば	
11	土	(おおふくこども園)	果物	いなかうどん・磯あえ・果物	お茶・おにぎり	
12	日					
13	月		マカロニのあべかわ	鶏肉のバーベキュー風・切り干し大根の和え物・粉ふき芋	牛乳・かるかん	
14	火	身体測定	果物	魚のレモン風味焼き・おからの炒り煮・ブロッコリーの塩ゆで	牛乳・ツナコーントースト	
15	水	身体測定	英語体験(3歳児)	みかん蒸しパン	親子煮・わけぎのぬた・果物	牛乳・ドーナツ
16	木	お別れ会	バナナクッキー	ビビンバ・わかめスープ・果物	牛乳・アップルパイ	
17	金		果物	魚の塩こうじ焼き・ひじきのきんぴら・けんちん汁	牛乳・ジャム入りヨーグルト	
18	土	卒園式	[みずいろ・きいろ・ひつじ組・うさぎ組・りす組は家庭保育をお願いします]			
19	日					
20	月		ふラスク	ビーフカレー・コールスローサラダ・果物	お茶・磯の香おにぎり	
21	火	春分の日				
22	水	交通安全教室	ふかし芋	鶏肉のゆかり焼き・野菜とわかめの酢の物・ひじきのふりかけ・果物	牛乳・にらとちりめんのチヂミ	
23	木		果物	魚のマヨパン粉焼き・マカロニサラダ・果物	ミルク・ココアクッキー	
24	金		きな粉クッキー	クリームシチュー・グリーンサラダ・果物	牛乳・塩焼きそば	
25	土	(おおふくこども園)	果物	いなかうどん・磯あえ・果物	お茶・おにぎり	
26	日					
27	月		マカロニのあべかわ	鶏肉のバーベキュー風・切り干し大根の和え物・粉ふき芋	牛乳・かるかん	
28	火		果物	魚のレモン風味焼き・おからの炒り煮・ブロッコリーの塩ゆで	ミルク・ツナコーントースト	
29	水		みかん蒸しパン	うま煮・キャベツのごま酢あえ・納豆	牛乳・ミックスフルーツ	
30	木		バナナクッキー	豆乳ミートグラタン・野菜スープ・手作りふりかけ	ミルク・ベジータケーキ	
31	金		果物	豚肉と厚揚げの中華炒め・もやしの和え物・トマト	牛乳・ホットケーキ	

<http://naranoki2.sblo.jp/>でも確認できます

※ 3時のおやつは全園児対象です。牛乳の日は全園児牛乳、ミルクの日は3歳児以上はスキムミルク、3歳未満児は牛乳を飲みます。

※ 岡山市の指導により牛肉の使用を再開しています。納入時に個体識別番号等が記載された証明書の提出を業者に依頼し、産地が明らかな食材を使用します。

今月の食育コーナー「1年の食生活をふりかえろう」

健康な体を作るためには、毎日の食生活が大切です。どのように食生活を送っていますか。振り返ってチェックしてみましょう。

★今までの自分の生活を振り返り、出来ていたら○・出来ていなかったら×を書きましょう。



今年度も残り1ヵ月です。子ども達が「どんな給食かな どんなおやつかな」と、わくわくしてもらえるよう、安全・安心で楽しい食育に取り組んできました。1年間、事故なく過ごすことができました。ご協力ありがとうございました。

ならの木保育園 栄養士 荒川 彩華

春のお彼岸

春のお彼岸には、ほたもちを食べる風習があります。ご先祖様に感謝の気持ちを込めていただきましょう。3月9日に提供します。



リクエスト献立

むらさきさんも、もうすぐ卒園ですね。3月16日は、保育園の給食をモリモリ食べてくれたむらさきさんからのリクエストメニューです。お楽しみに。