

きゅうしょくだより 3月

令和7年3月1日発行 加茂こども園



春野菜を食べよう

店頭で、春野菜が並び始めます。春キャベツ、アスパラガス、サヤエンドウなど軽くゆでるだけで、何もつけなくても甘くておいしい春野菜。食卓の彩りに積極的に取り入れて、野菜そのものの味を楽しんでください。野菜を洗ったり、ちぎったり、子どもたちも参加して、サラダパーティーも楽しいですよ。

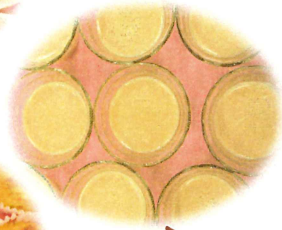


2月の手作りおやつ紹介!

黒糖ケーキ



豆乳プリン



リンゴマフィン



きな粉をかけて食べています。

食育クイズ!

3月の行事、ひな祭りにはひなあられを食べますが、何からできているのでしょうか?

- ①とうもろこし ②こむぎこ ③おこめ

正解は ③おこめ です。

ひなあられは「おこめ」や「おもち」から出来ているお菓子です。よく乾燥させた、おこめを油で揚げることでポンッと膨らみます。これに砂糖や醤油で味付けをすることでひなあられになります。

2月たんじょうかいメニュー



赤鬼ランチ 春雨スープ みかん



こんだてひょう

日曜日	昼食	おやつ
1 土	春仕作業 パン 牛乳	菓子 牛乳
2 日		
3 月	親子丼 切り干し大根の焼きそば風 パナナ	ひなあられ ホットカルピス
4 火	クリームシチュー 大豆のフレンチサラダ パイン	★甘酒マフィン 牛乳
5 水	すき焼き風煮 チヂミ 卵焼き	菓子 ミルク
6 木	たんじょうかい ちらし寿司 すまし汁 みかん	菓子 牛乳
7 金	お別れ遠足 (おかず入り弁当・水筒を持たせてください。)	菓子 ヤクルト
8 土	具沢山味噌汁 焼き魚	菓子 牛乳
9 日		
10 月	炒り豆腐 大豆とさつま芋の甘辛和え ごまたくあん	菓子 牛乳
11 火	鮭のコーンマヨ焼き はりはり漬け 味付けのり	★ポテト 牛乳
12 水	さくら組が選んだ給食ベスト1 ①チーズハンバーグ かぼちゃサラダ パナナ	菓子 牛乳
13 木	さくら組が選んだ給食ベスト2 ②カレー フルーツサラダ 福神漬	菓子 ミルク
14 金	★おたのしみ給食★	菓子 牛乳
15 土	焼きそば キャベツの昆布和え	菓子 牛乳
16 日		
17 月	肉じゃが 伴三糸 パイン	菓子 牛乳
18 火	さくら組が選んだ給食ベスト3 ③唐揚げのレモンソース和え 土佐和え トマト	菓子 牛乳
19 水	ハヤシライス ポテトサラダ 黄桃	★フルーツパフェ
20 木	春分の日	菓子 牛乳
21 金	豚汁 しゅうまい 味付けのり	ゼリー
22 土	中華丼 やみつきピーマン	菓子 牛乳
23 日		
24 月	貝だくさんラーメン ミモザサラダ パイン	菓子 牛乳
25 火	ぞつえんしき パン	菓子 牛乳
26 水	高野豆腐の卵とじ 白菜海苔サラダ みかん	菓子 牛乳
27 木	根野菜鶏汁 焼き魚 パナナ	★スイートポテト 牛乳
28 金	チャブチエ きゅうりとツナの酢の物 味付けのり	菓子 牛乳
29 土	自由登園 (おかず入り弁当・水筒を持たせてください。)	菓子
30 日		
31 月	自由登園 (おかず入り弁当・水筒を持たせてください。)	菓子

※オレンジ色の文字:新メニュー

★手作りおやつ

◎都合により、メニューが変更する場合があります。

◎たんじょうかいは、特別メニューですので、白飯はいりません。お箸を持たせて下さい。

◎カレー、シチュー、ビーフシチューの時は、スプーンを各自で準備して下さい。

★7日(金)、29日(土)、31日(月)のおかず入り弁当について

ミニトマト・ウズラの卵・ぶどう・テラウェア・さくらんぼ等は誤飲の恐れがあるため、お弁当には入れないでください。

ミニボールを入れる場合は、1/4の大きさに切って入れて下さい。

★18日(火)のお楽しみ給食は、3・4・5歳児、白米持参でお願いします。