



3 がつ のこんだて

令和2年2月28日

開南幼稚園

今年度最後の月となり、進級、卒園の時期がやってきました。今年度1年を通して「好き嫌いが減った」「完食できるようになった」などたくさんの成長が見られました。卒園する年長さんには、残りわずかな給食を楽しんでもらえたらと思っています。保護者のみなさまには、一年間ご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。来年度も畑の新鮮な野菜を活かして、おいしい給食を心がけてまいります。

| 月/日 | 献立名 | 材料名 | | | 栄養価 | |
|---------------------------------------|---|----------------------------|--|--|-------|-------|
| | | あか | きいろ | みどり | エネルギー | たんぱく質 |
| | | 血や肉になるもの | 熱や力になるもの | 体の調子を整えるもの | kcal | g |
| 3/2 (月) | 麦ごはん 酢豚 もやし中華和え 果物・牛乳 | 豚肉・ちくわ 牛乳 | 米・麦・油 砂糖・片栗粉 | 生姜・玉ねぎ 人参・しいたけ ピーマン・もやし ポエム・パイナップル | 384 | 15.7 |
| 3/3 (火) ひなまつり | ちらし寿司 とりのから揚げ 果物・牛乳 | 油揚げ・卵・でんぷ 鶏肉・牛乳 | 米・油・砂糖 天ぷら粉・パン粉 | かんぴょう・人参 干しいたけ・レタス れんこん・ポエム 生姜・いよかん | 435 | 15.2 |
| 3/5 (木) おにぎりを にぎろう! | おにぎり(ゆかり) 大根と鶏肉の煮物 なめこのみそ汁 果物・牛乳 | 鶏肉・うずら卵 豆腐・味噌 牛乳 | 米・麦 こんにやく 砂糖 | 大根・人参 干しいたけ なめこ・長ネギ 玉ねぎ・バナナ | 422 | 13.2 |
| 3/9 (月) | 五目混ぜご飯 キスのフライ きゃべつの即席漬 果物・牛乳 | 油揚げ・鶏肉 キス・牛乳 | 米・もち米 天ぷら粉 パン粉・油 砂糖 | 干しいたけ ゴボウ・人参 レタス・きゃべつ きざみ昆布 いよかん | 365 | 15.1 |
| 3/10 (火) こあらぐみ リクエスト メニュー | 温うどん 桜えびのかき揚げ 果物・牛乳 | かつおぶし なると・桜えび ちくわ・牛乳 | 乾めん・油 天ぷら粉 | 長ネギ・万能ねぎ 玉ねぎ・人参 春菊・かぼちゃ いちご | 429 | 13 |
| 3/12 (木) おたのしみ給食 (年長のみ) | ドックパン(マーガリン) タンドリーチキン ブロッコリーサラダ コンスープ 果物・牛乳 | 鶏肉・ヨーグルト ツナ・牛乳 | ドックパン クリームコーン シチュールー コンソメ | にんにく・レタス ブロッコリー 玉ねぎ・いよかん | 407 | 20.4 |
| 3/16 (月) | 根菜カレー 福神漬 スパゲティサラダ 果物・牛乳 | 豚肉・ロースハム 牛乳 | 米・麦・砂糖 じゃがいも カレールー スパゲティ マヨネーズ | 玉ねぎ・人参 れんこん・ゴボウ 福神漬 きゅうり・レタス キウイフルーツ | 381 | 15.7 |

先月の給食食品放射能検査の結果は、水・牛乳を含め不検出でした。

* 材料入荷により、献立の一部が変更になる場合がございます。

チェック

一年をふりかえってみましょう

- 食べる前に手を洗うことができたかな?
- いただきます・ごちそうさまが言えたかな?
- おやつを食べ過ぎに注意して、3食きちんと食べられたかな?
- かい物でもよくかんで食べたかな?
- 苦手な食べ物が少しでも食べられるようになったかな?
- 食べたら後片付けもできるようになったかな?



リクエストメニュー・・・こあらぐみ(うどん・天ぷら・いちご)

- ◎ 5日(木) ラップにごはんをのせて、おにぎりに挑戦します。
- ◎ 12日(木) 年長さんおたのしみ給食を行います。自分で食べる分をトングやお玉を使ってじょうずによそる練習をします。