

3月の献立予定表



武内保育園

日	曜	副 食 (共 通)	未満児			お や つ				
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)			
1	水	お弁当の日				バナナ	いりこ	ココア マドレーヌ		
2	木	鶏の胡麻みそ焼き, ☆青菜のおひたし, シチュー, バナナ	麦ごはん	煮奴		牛乳 チーズ	いりこ	おむすび(わかめ)		
3	金	ひな祭りメニュー					いりこ	いりこ	カルピス ひなあられ	
4	土	ミートソーススパゲティ, コールスローサラダ もやしの味噌汁	麦ごはん						せんべい	
6	月	野菜たっぷりオムレツ, 中華サラダ, 油揚げの味噌汁 オレンジ	麦ごはん	五目煮		コーンフレーク	いりこ	おむすび(ゆかり)		
7	火	おでん, 梅肉和え, しめじの味噌汁, ゼリー	麦ごはん	焼き魚		のむヨーグルト ウエハース	いりこ	牛乳 うどんかりんとう		
8	水	焼きそば, 大豆の磯煮, 大根の味噌汁, いちご	麦ごはん	☆キャベツとツナ のごま和え		バナナ	いりこ	おむすび ☆(鮭・かつお節)		
9	木	チキン南蛮, ジャがいもと厚揚げの旨煮 チンゲン菜の味噌汁, りんご	麦ごはん	レバーの甘煮			いりこ	いりこ	ミルク 黒糖蒸しパン	
10	金	鮭のホイル蒸し, ひじき炒め, すまし汁, バナナ	麦ごはん	大根の煮物		牛乳 チーズ	いりこ	ジュース 大豆とじゃこの甘煮		
11	土	具うどん, 肉じゃが, のり	麦ごはん						おむすび(ゴマ塩)	
13	月	生姜焼き, おから炒め, 南瓜の味噌汁, オレンジ	麦ごはん	納豆和え		コーンフレーク	いりこ	おむすび ☆(ツナ・青のり)		
14	火	松風焼き, ポークビーンズ, すまし汁, りんご	麦ごはん	厚揚げ炒め		のむヨーグルト ビスケット	いりこ	ミルク きな粉トースト		
15	水	ちゃんぽん, 高野豆腐の卵とじ, いちご	麦ごはん	チンゲン菜と ツナの和え物		バナナ	いりこ	おむすび (おかかチーズ)		
16	木	魚のポテトコーン焼き, 野菜の胡麻和え, しめじの味噌汁 バナナ	麦ごはん	肉じゃが			いりこ	いりこ	牛乳 ☆おやき	
17	金	カツカレー, ツナサラダ, ゼリー	麦ごはん	ごぼうのみそ煮		牛乳 チーズ	いりこ	ケーキ		
18	土	卒園式 卒園児(祝葉) 登園児(パン・牛乳・バナナ)								おむすび(のり)
20	月	魚のベーコン蒸し, かんころ煮, 麩の味噌汁, オレンジ	麦ごはん	南瓜の煮物		コーンフレーク	いりこ	おむすび ☆(鶏そぼろ・卵)		
22	水	親子そうめん, ごぼうサラダ, ぶりかけ, いちご	麦ごはん	粉ふき芋		のむヨーグルト ウエハース	いりこ	おむすび ☆(梅・昆布・ゴマ)		
23	木	のり塩から揚げ, 高菜チャンプルー, すまし汁, ゼリー	混ぜご飯				いりこ	いりこ	フルーツヨーグルト	
24	金	シューマイ, 南瓜とささみの胡麻和え, チンゲン菜の味噌汁 バナナ	麦ごはん	野菜炒め		牛乳 チーズ	いりこ	ジュース フライドポテト		
25	土	タコライス, ジャーマンポテト, わかめの味噌汁	麦ごはん						おむすび(ツナマヨ)	
27	月	マカロニグラタン, 中華炒め, 厚揚げの味噌汁, オレンジ	麦ごはん	肉団子		コーンフレーク	いりこ	いなり寿司		
28	火	れんこんつくね, ひじきサラダ, 南瓜の味噌汁, りんご	麦ごはん	野菜ビーンズ		のむヨーグルト せんべい	いりこ	牛乳 お好み焼き		
29	水	けんちんうどん, ☆カリカリビーンズサラダ, いちご	麦ごはん	がんもの煮物		バナナ	いりこ	おむすび(たかな)		
30	木	赤魚のおろしポン酢かけ, 五目金平, すまし汁, バナナ	麦ごはん	☆ブロッコリーの ゆかり和え			いりこ	いりこ	ミルク かみかみプリッツ	
31	金	ハヤシライス, バンバンジーサラダ, ゼリー	麦ごはん	金平れんこん		牛乳 チーズ	いりこ	ジュース ☆クレープ		

給食だより



五味体験をしたよ!

先月はあやめ組が五味体験を行いました。

食べるときに感じる大切な五味(酸味・甘味・苦味・塩味・うま味)を知ってもらうためにお話とテイスティングをしました。うま味が一番難しくなかなか答えが出ませんでした。

出汁のテイスティングと、「出汁+味噌」、「白湯+味噌」ではどちらがおいしいか、うま味(出汁)が料理にどれだけ必要なことかを感じてもらいました。感じ方はそれぞれでしたが、多くの子どもたちが出汁を使ったお味噌汁の方が美味しいとわかってくれたようです。

うま味である出汁の力は和食には欠かせないことを伝えることができました。お家でもたくさんのお味を見つけれたらいいですね。

1年間

ありがとうございました

早いもので1年が経ちました。

子どもたちはいろいろな体験を通し、できることが増えたと思います。これからも元気いっぱいあそび、もりもり食べ、すくすく育ってくれることを願っています。給食担当も子どもたちからたくさんのお話を学び、成長させてもらうことができました。

保護者の皆様、1年間ありがとうございました。来年度もよろしくお願いいたします。

・☆は新メニューです。

・1日(水)はお弁当の日です。準備をお願いします。

・あやめ組が10月に作ってくれたお味噌を使っています。

