

平成30年3月

うれしい給食 1号

認定こども園
新宝珠幼稚園

日	献立	園での食器	家からの持ち物
1日 (木)	ちらし寿司・青菜のそぼろ和え・すまし汁(わかめ・えのき)・フルーツゼリー	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
2日 (金)	(遠足) お弁当		コップ ふきん・はし
5日 (月)	マーボー豆腐・きゃべつと竹輪のカレーソテー・野菜みそ汁(大根・人参) ・ライス・マンゴー	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
6日 (火)	きつねうどん・切り干し大根の煮物・バナナ	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
8日 (木)	すき焼き風煮込み・酢の物・野菜みそ汁(玉ねぎ・人参)・ライス ・キウイフルーツ	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
9日 (金)	ビーフカレーライス・コーンサラダ・福神漬け・パイナップル	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
12日 (月)	さばの煮付け・ブロッコリーのおかか和え・洋風野菜スープ(きゃべつ・人参) ・ライス・オレンジ	ランチ皿 -	コップ ふきん・はし
13日 (火)	じゃが芋とベーコンの煮込み・フレンチサラダ・卵不使用イエローロール ・牛乳・りんご	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
15日 (木)	☆さようなら会☆ 特別給食 ケチャップライス・鶏の和風から揚げ・温野菜のドレッシングかけ ・かきたま汁・いちご・ヤクルト	ランチ皿 スプーン	コップ ふきん・はし
16日 (金)	(軽給食) 練乳クリームサンド・ぶどうジュース・バナナ	- -	コップ ふきん

今月の栄養平均値 1号エネルギー479kcal たんぱく質14.3g 脂質10.5g(おやつ含む)

3月給食だよ



もうすぐ雪組さんは、卒園です。幼稚園で給食を食べるのは、後数回になりました。嫌いな物も食べられるようになったでしょうか？小学校に行っても幼稚園の給食を思い出してもらえると嬉しいです。

【3月旬の野菜・果物】

ブロッコリー・カリフラワー・ねぎ・山菜・にら・新きゃべつ・さやえんどう・春菊・いちご・オレンジ・レモンなどがあります。寒い冬を耐えてきた山菜や春野菜には、独特の苦みがあります。この苦みは、腎臓の働きを助けたり、精神を落ちつかせ、冬眠していた心身を軽やかにしてくれます。旬の野菜・果物をとり元気に過ごしましょう。

歯ブラシをわすれないように