令和6年3月

# おいしい給食　1号

認定こども園
新宝珠幼稚園

## ３月給食だより

少しずつ寒さも和らぎ、春の訪れを感じられるようになってきました。早いもので、今年度も残すところ1ヶ月です。毎日の食事の中で、食べる量が増えたり、お箸が持てるようになったり、成長を感じる瞬間があったのではないでしょうか。この１年、給食を通して季節の食材や行事食などに興味をもつきっかけになっていると嬉しいです。
雪組さんのリクエスト給食を提供します。子どもたちへのアンケートで多かったメニューを4･5日と13日の特別給食で提供します。お楽しみに！

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | 1<br>**さようなら遠足**<br> |
| 4<br>**☆雪B組リクエストメニュー☆**<br>**ごはん　ささみフライ**<br>**野菜三色和え**<br>**みそ汁　りんご**<br>○精白米<br>○ささみ　とんかつソース　砂糖　ケチャップ　みりん<br>○白菜　ほうれん草　人参　淡口　みりん<br>○麸　黒潮だし　白みそ　みりん<br>**お菓子　牛乳** | 5<br>**☆雪A組リクエストメニュー☆**<br>**きつねうどん**<br>**ブロッコリーのツナマヨ和え**<br>**フルーツゼリー**<br>○うどん　すしあげ　かまぼこ　玉ねぎ　人参　青ねぎ　黒潮だし　砂糖　淡口　みりん　酒<br>○ブロッコリー　ツナ　砂糖　マヨドレ　濃口<br>**おにぎり(わかめ)　お茶** | 6<br>**ごはん**<br>**マーボー豆腐**<br>**切干大根の和え物**<br>**洋風スープ　バナナ**<br>○精白米<br>○豚ミンチ　豆腐　玉ねぎ　人参　青ねぎ　赤みそ　濃口　中華料理の素　砂糖　みりん　酒　鶏がら　片栗粉　ごま油<br>○切干大根　きゅうり　人参　黒潮だし　砂糖　酢　淡口<br>○きゃべつ　コーン　ブイヨン<br>**ドーナツ　牛乳** | 7<br>**お弁当**<br> <br>**お菓子　牛乳** | 8<br>**ビーフカレーライス**<br>**ドレッシングサラダ**<br>**福神漬け**<br>**パイナップル**<br>○精白米　牛肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　グリンピース　カレールウ　パイナップルシロップ　ケチャップ<br>○きゃべつ　きゅうり　人参　砂糖　酢　淡口　キャノーラ油<br>**豆腐入りみたらし団子　牛乳** |
| 11<br>**☆お誕生日会☆**<br>**チャーハン**<br>**きゃべつのおかか和え**<br>**すまし汁　オレンジ　シュークリーム**<br>○精白米　鶏肉　玉ねぎ　コーン　青ねぎ　ブイヨン　ごま油<br>○きゃべつ　人参　かつお節　黒潮だし　砂糖　濃口　みりん<br>○豆腐　黒潮だし　淡口　みりん<br>**お菓子　牛乳** | 12<br>**豚にらラーメン**<br>**人参しりしり**<br>**黄桃**<br>○中華そば　豚肉　きゃべつ　太もやし　にら　中華料理の素<br>○人参　ツナ　黒潮だし　砂糖　濃口　みりん　ごま油<br>**おにぎり(ゆかり)　お茶** | 13<br>**☆さようなら会☆　特別給食**<br>**のりごはん　鶏のから揚げ　フライドポテト**<br>**マカロニサラダ　わかめスープ**<br>**フルーツゼリー　カルピス**<br>○精白米　焼きのり<br>○鶏肉　土生姜　酒　濃口　片栗粉<br>○フライドポテト<br>○マカロニ　玉ねぎ　人参　きゅうり　ハム　砂糖　マヨドレ<br>○わかめ　白ごま　鶏がら<br>**ホットケーキ　牛乳** | 14<br>**お弁当**<br> <br>**人参ケーキ　牛乳** | 15<br>**（軽給食）**<br>**クリームツイスト**<br>**りんごジュース**<br>**バナナ**<br>**お菓子　牛乳** |
| 18<br>**ごはん**<br>**肉団子のソース煮**<br>**ひじきの煮物**<br>**みそ汁**<br>○精白米<br>○肉団子<br>○ひじき　人参　板こんにゃく　黒潮だし　砂糖　濃口　みりん<br>○ほうれん草　玉ねぎ　黒潮だし　白みそ　みりん<br>**お菓子　牛乳** | 19<br>**ごはん**<br>**豚肉と野菜の煮込み**<br>**もやしのごま和え**<br>**洋風スープ**<br>○精白米<br>○豚肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　焼き豆腐　酒　突きこんにゃく　黒潮だし　砂糖　濃口　みりん<br>○太もやし　人参　白ごま　砂糖　濃口　みりん<br>○太根　コーン　ブイヨン<br>**オレンジ寒天　ビスケット　牛乳** | 20<br>**春分の日**<br> | 21<br>**ごはん**<br>**江戸っ子煮**<br>**ツナサラダ**<br>**中華スープ**<br>○精白米<br>○豚ミンチ　高野豆腐　じゃが芋　人参　しいたけ　黒潮だし　砂糖　濃口　みりん　酒<br>○きゃべつ　きゅうり　人参　ツナ　砂糖　酢　淡口　キャノーラ油<br>○小松菜　玉ねぎ　中華料理の素<br>**お菓子　牛乳** | 22<br>**ミートスパゲティ**<br>**白菜の和え物**<br>**牛乳**<br>○スパゲティ　合びきミンチ　玉ねぎ　人参　トマトピューレ　小麦粉　砂糖　ブイヨン<br>○白菜　人参　淡口　みりん<br>**おはぎ　お茶** |
| 25<br>**牛丼**<br>**春雨サラダ**<br>**すまし汁**<br>○精白米　牛肉　玉ねぎ　人参　突きこんにゃく　白菜　えのき　黒潮だし　砂糖　濃口　みりん　酒<br>○春雨　きゅうり　人参　砂糖　酢　淡口　ごま油<br>○麸　黒潮だし　淡口　みりん<br>**お菓子　牛乳** | 26<br>**ごはん**<br>**さばの煮付け**<br>**チンゲン菜のお浸し**<br>**みそ汁**<br>○精白米<br>○さば　土生姜　砂糖　濃口　みりん　酒<br>○チンゲン菜　人参　黒潮だし　砂糖　淡口　みりん<br>○大根　薄揚げ　黒潮だし　白みそ　みりん<br>**手作りクッキー　牛乳** | 27<br>**ごはん**<br>**ハンバーグ**<br>**海藻サラダ**<br>**洋風スープ**<br>○精白米<br>○合びきミンチ　豆腐　玉ねぎ　人参　パン粉　とんかつソース　ケチャップ　砂糖　みりん<br>○きゃべつ　きゅうり　人参　わかめ　砂糖　濃口　酢　ごま油<br>○じゃがいも　白菜　ブイヨン<br>**揚げパン　牛乳** | 28<br> <br>**おにぎり弁当**<br> <br>**お菓子　牛乳** | 29<br>**新年度の準備のため**<br>**休園** |

※家からの持ち物　コップ･ふきん･はしを忘れないように

今月の栄養平均値　1号エネルギー　385kcal　たんぱく質　13.4g　脂質　9.7g