

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
おやつ・ツナサラダ・果物 牛乳 せんべい	ピシウライ・茶碗蒸し あじの味噌汁・果物 牛乳 クッキー	焼魚・おひろぎ汁・そうめん汁 果物 牛乳 クッキー	おひろぎ遠足 手作り お弁当	肉じゃが・グロウエー・塩昆布和え 味噌汁・果物 牛乳 サバシ	(ゆきかき・シーザー)サラダ 果物 牛乳 お菓子
9	10	11	12	13	14
かしのきんぎょ・人参と大根のサラダ 味噌汁・果物 牛乳 ビスケット	炒り豆腐・お浸し・清汁・果物 牛乳 せんべい	ツナ入り厚焼きのり・ごま和え わかしのスープ・果物 牛乳 ココア	魚の味噌焼き・(おひろぎ)パスタ 清汁・果物 牛乳 おポロ	ひたひた・高橋が・ポテト おポロ・スープ・果物 牛乳 クッキー	筑前煮・白花豆・清汁・果物 牛乳 お菓子
16	17	18	19	20	21
魚の照焼・ひきき五目煮 中華のスープ・果物 牛乳 クッキー	南島のさば煮・お浸し・清汁 果物 牛乳 おポロ	魚の包み揚げ・ポテトサラダ 味噌汁・果物 牛乳 サバシ	鶏のつくね焼き・小松菜ナムル かき卵汁・果物 牛乳 せんべい	春分の日 	卒園式
23	24	25	26	27	28
パエニコロック・ごまじゅうが わかめスープ・果物 牛乳 ビスケット	煮魚・うの花・味噌汁・果物 牛乳 クッキー	せせみの照焼・(おひろぎ)とごぼうのサラダ 清汁・果物 牛乳 ココア	豚肉の竜田揚げ・切干大根の煮もの 味噌汁・果物 牛乳 おポロ	餃子・中華豆腐・春雨スープ 果物 牛乳 お菓子	ミニトマト・インゲン・インゲン スープ・果物 牛乳 お菓子
30	31				
魚のフライ・クリームサラダ パンダのスープ・果物 牛乳 せんべい	スパニッシュオムレツ・(おひろぎ)ソテー 味噌汁・果物 牛乳 おポロ				

《 献立表について 》

- ◎ 上段：昼食おかず
- ※ 0歳児の赤ちゃんには、その日の材料を使って離乳食を作ります。
- ※ 3歳未満児の主食は、基本的に『麦ご飯』です。
- ◎ 下段：
 - 【左】午前おやつ (3歳未満児)
 - 【右】午後おやつ (全園児)

《 注意事項 》

- ◎ 土曜日以外は基本的に手作りおやつです。
- ◎ めん類の時は、ご飯は少なめで結構です。
- ◎ 献立は、材料調達都合等で変更する場合があります。
- ◎ 延長保育時、18:00以降には、牛乳・お菓子のおやつが出ます。

食事の守りていませうか？

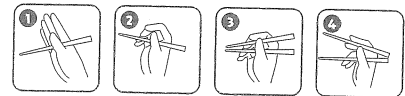
食事とは... 人に迷惑をかけずみんなが楽しく食事するためのものです。
 いよいよ今年度も残りお休みとなりました。とくに4月からは小学生になるまぐ組さんは基本的なことを覚えて実践できるように...と願っています。

姿勢を正す 良い姿勢とは元気に体の間を3つに分けて開け椅子にきちんと腰かけて背筋をまっすぐ伸ばした状態です。

他人の迷惑に気をつけよう けしきや音を立てて食べたり口に食べ物を入れたまま話したり食事中にふせおしゃべりをするなど他の人の迷惑になるのを避けよう。

感謝の気持ちを伝えよう 食事を作ってくれた人や命あるものをいただいていることをお伝えしよう。
 おいしく食べて残さず食べようね。

食器のおはしをきちんと使おう



五目寿司

(材料)
 米 2合
 出し昆布

① 酢 30g
 砂糖 30g
 醤油 3g

② 煮物 (ゆでせうり)
 かつおのり
 桜えび(適量)

③ しょうゆ 2g
 砂糖 8g
 酢汁 13g

＜作り方＞
 ① 出し昆布を×に米を炊く
 ② ①の材料を②の調味料で味付けをする
 ③ ①②を混ぜ合わせるように混ぜ合わせる
 ④ ②と③を混ぜ合わせる
 ⑤ ④を皿に盛り①を飾りおき出来上がり!!

食卓が華やかに
 なります♡
 給食は3日に
 1回あります