

3月分給食献立表

献立名

日曜日	献立名			10時の おやつ	3時のおやつ
1 金	炊き込みちらし寿司	手まり麩のすまし汁	照り焼きチキン 茹ろっこコーリー	いちご 牛乳 ひなあられ	カルピス おひなさま・ひなあられ
2 土	ひじきスバゲテイナー	フルーツサラダ		りんごジュース	せんべい



4 月	麦ごはん	じゃが芋とわかめのみそ汁	あじのパン粉焼き	白菜のさつぱりサラダ	牛乳 ビスケット	牛乳 黒ういろう
5 火	麦ごはん	き야べつとしめじのみそ汁	豆腐のけんちゃん蒸し	ほうれん草と人参のごま和え	牛乳 せんべい	フルーツ牛乳 えびせん
6 水	フッシュユバীগー	牛乳	ポテトスープ	フルーツサラダ	カルピス ポロロ	牛乳 テイクミス
7 木	麦ごはん	大根となめこのみそ汁	鶏肉の生姜焼き	ひじきの煮物	牛乳 スチオックパン	お茶 カラフルビーコン
8 金	わかめうどん	納豆とさつま芋かき揚げ	オレンジ		牛乳 バナナ	お茶 ライスビザ
9 土	ツナボリタン	バナナ			りんごジュース	バナナ

11 月	麦ごはん	たぬき汁	根菜ハンバーグ	茹ろっこコーリー	キヤロットラベ	コーヒー牛乳 昆布	牛乳 ポテト春巻き
12 火	セルフおにぎり	白菜とえのきのみそ汁	鮭の塩焼き	肉じゃが	ゼリー	牛乳 りんご	スイーツバイキング
13 水		お	弁	当	の	日	米粉の蒸しパン
14 木	麦ごはん	もやしと人参のみそ汁	鯖の揚げ煮	ほうれん草のネバネバ和え		牛乳 せんべい	牛乳 プリン
15 金	(ゆり組)クエストメニュー)	しょうゆラーメン	鶏肉のから揚げ	ポテト	りんご	牛乳 ポロロ	ヨーグルトジュエイク サンドクインツ
16 土	肉みそ丼	たくあんのおかか和え	オレンジ			ぶどうジュース	せんべい

18 月	麦ごはん	かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	ポーチヤツツ	スバゲテイナーサラダ		牛乳 せんべい	牛乳 マシマロサンド
19 火	麦ごはん	もらくも汁	鶏天	ツナそぼろ和え		牛乳 ビスケット	お茶 おはぎ
20 水		春	分	の	日		
21 木	きんぴらご飯	のっぺい汁	鯖の豆乳みそ煮	のり酢和え		フルーツ牛乳 小魚	コーヒー牛乳 ビスケットケーキ
22 金	麦ごはん	切り干し大根と厚揚げのみそ汁	豚肉の台湾風	そぼろポテトサラダ		牛乳 スチオックパン	フルーツパン
23 土		卒	園	式			

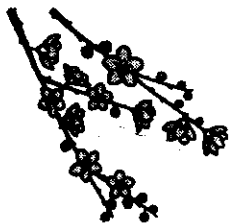


25 月	カレーピラフ	もずくスープ	ミートグラタン	スビナチサラダ		牛乳 せんべい	牛乳 あんこクッキー
26 火	麦ごはん	ごぼうとしめじのみそ汁	マルルーサのお好み焼き風	小松菜のおかかマヨ和え		牛乳 ポロロ	牛乳 いちごクリームチーズサンド
27 水	トースト	牛乳	コーンスープ	磯つくね	大根のツナ和え	りんごジュース 昆布	牛乳 塩マヨポテト
28 木	麦ごはん	そうめん汁	鶏肉のゆかり焼き	菜種和え		牛乳 バナナ	牛乳 チーズナン
29 金	キーマカレー	しょうゆフレンチサラダ	ゼリー			牛乳 ビスケット	牛乳 カックケーキ
30 土	豚肉の甘辛丼	バナナ				野菜ジュース	せんべい



給食だより

令和5年度 3月

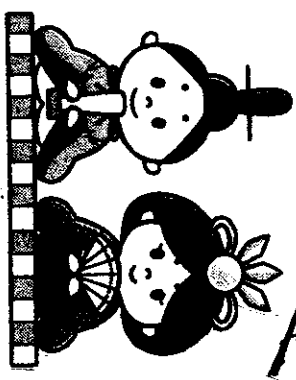


3月3日は ひな祭り



ひな祭りの由来

ひな祭りは、上巳の節句や桃の節句ともいわれています。
平安時代の貴族の間で行われていた、ままことのような「雛遊び」と、中御の上巳のおはらいのために人形を流す行事などが結びつき、行われるようになりました。



〇ひなあられ
江戸時代、天気のよい日にひな人形を外に持ち出し、海や野山を見せながら「ひなの国見せ」を行う時に食べるお菓子があられたったことが由来といわれています。関東ではホシ菓子や砂糖でコーティングしたものを、関西では塩やしょうゆで味付けしたおかしが主流です。



〇はまぐりのお願い物

はまぐりは、対になった貝としかびつたり合わないことから、夫婦円満の象徴とされ、良縁に恵まれる願いが込められています。



〇雛餅

下から緑（健康）、白（清浄）、桃色（魔除け）と各色に意味が込められています。

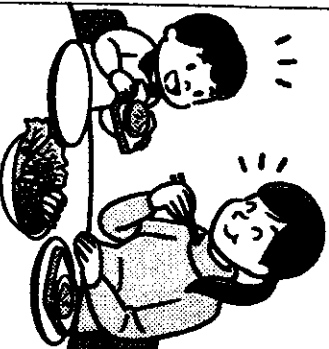
子どもと一緒に 1年間の食生活の振り返り

食生活を通して、さまざまなことができるようになりました。お子さんと一緒にどんなことができるようになったのか、ふり返ってみませんか。

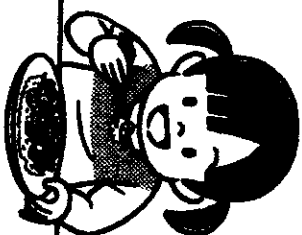
いろいろなものを
たべた



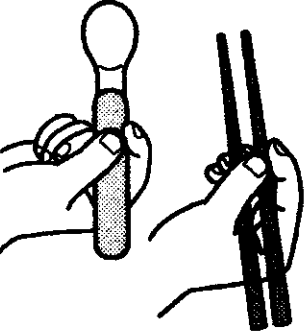
かきくや とちだちと
たのしく たべた



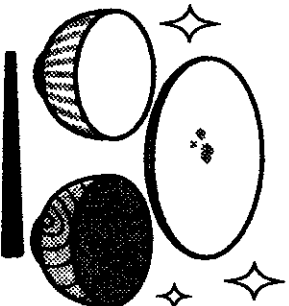
ぎょうじの たべものを
たべた



スプーンや はしをつかえたり
じょうずに たべた



のこさずに たべた



おてつだいを した

