



# 3 月 こんだてひょう



2024年度 光幼保園

月	火	水	木	金
<b>3 ひな祭りこんだて</b> ちらし寿司 鮭の西京焼き あすっこのごま和え 小花麩のすまし汁 ゼリー・牛乳 ビスケット ジャムトースト	<b>4</b> 食パン 鶏肉のカレー焼き さつまいものココロサラダ もやしのスープ 牛乳 お麩ラスク 海苔おにぎり	<b>5</b> ごはん あじの磯辺焼き 切り干し大根の酢の物 かぼちゃのみそ汁 牛乳 きな粉バナナ コーンフレーククッキー	<b>6</b> 豚肉のスタミナ丼 あらめの炒め煮 大根のすまし汁 果物 牛乳 クラッカー・いりこ やみつきおにぎり	<b>7</b> ごはん さばのごま照り焼き ほうれん草の磯香和え じゃが芋の豆乳みそ汁 牛乳 ふかし芋 バターラスク
<b>10</b> ごはん 鮭のみそマヨ焼き 納豆和え 豆腐のすまし汁 果物・牛乳 マカロニきな粉 さつまいもごまパン	<b>11 弁当の日</b>  手作りパン 豆乳くずもち	<b>12</b> 食パン チキンカツ ごまポテサラダ 春雨スープ 牛乳 金時豆煮 じゃこ菜おにぎり	<b>13</b> ごはん あじのカレー揚げ さつまいもと昆布の煮物 お麩のみそ汁 牛乳 りんご メープルトースト	<b>14 誕生月メニュー</b> キッズビビンバ フレンチサラダ ポテじゃこスープ ミニケーキ 牛乳 おしゃぶり昆布 大学芋
<b>17</b> ごはん 豚肉のみそ焼き キャベツのごま和え のっぺい汁 果物・牛乳 カルシウムせんべい 梅じゃこおにぎり	<b>18</b> ごはん さばの煮つけ わかめとカニカマの酢の物 大根のみそ汁 牛乳 蒸しかぼちゃ 海苔ごまクッキー	<b>19 卒園お祝いこんだて</b> きつねうどん 鶏肉のからあげ マカロニサラダ カルピスゼリー 牛乳 乾パン 桜餅	<b>20 春分の日</b>	<b>21 卒園式</b> カレーライス りっちゃんサラダ フルーツヨーグルト お茶 魚肉ソーセージ ミルクシュガートースト
<b>24</b> ごはん さわらの塩焼き 五目きんぴら 切り干し大根のみそ汁 牛乳 クラッカーサンド きな粉トースト	<b>25</b> ごはん 豆腐の肉みそグラタン 菜の花のごま和え 里芋のすまし汁 果物・牛乳 チーズ あんぱん	<b>26</b> わかめごはん カレイのムニエル 春雨の酢の物 けんちん汁 牛乳 ふかし芋 ホットケーキ	<b>27</b> 食パン 鶏肉の照り焼き ひじきと大豆のツナサラダ マカロニスープ 牛乳 バナナ 焼きおにぎり	<b>28 希望保育</b>

※ひよこ・りす・うさぎ組には、午前のおやつもつきます。

※上段が午前おやつ、下段が午後おやつです。

あっという間に今年度も残すところ1ヶ月となりました。この1年で子どもたちは、心身ともに大きく成長しました。幼保園の給食では、苦手な食べ物に挑戦したり、食事マナーを身につけようと頑張っている姿が見られました。ご家庭での食事の中でも、成長を感じる瞬間がみられたのではないのでしょうか？  
楽しい食事、バランスの良い食事を摂り、進学・進級に向けて元気に過ごしましょう。



19日は「卒園お祝いこんだて」です。

青組の子どもたちが、みんなで最後に食べる給食のメニューを相談して決めました。

- ☆ きつねうどん
- ☆ 鶏肉のからあげ
- ☆ マカロニサラダ
- ☆ カルピスゼリー



## 食べる意欲・生きる意欲

食べる意欲の大切さを、毎日の生活を通して伝えていきましょう！

- 幼児期からの食事体験
- 家族そろっての食事
- 理想的な生活リズムの確定
- 快眠・会食・自立生活

