

3月分献立予定表(ひよこ)

曜日		月		火		水		木		金		土	
日付	午前おやつ 主食	2	バナナ むぎごはん	3	オレンジ むぎごはん	4	バナナ ちらしずし	5	オレンジ むぎごはん	6	バナナ むぎごはん	7	
献立名		煮魚 キャベツサラダ かぼちゃの煮付 いなり汁		魚のステーキソースがけ ほうれん草の和え物 さつまいものグラッセ とうふのすまし汁		誕生 鶏肉の竜田揚げ キャベツとベーコンのスパゲティ ゆでスナップえんどう オレンジ		ゆで豚肉のバーベキューソース 小松菜と油あげの煮物 きゅうりの甘酢和え けんちん汁		魚のおろし煮 ミートスパゲティ フレンチサラダ 白菜のみそ汁		ビーフンスープ さつまいもの甘煮 オレンジ	
		おやつ ミルクトースト		ひなあられ りんご		会 野菜スープ スイートポテト		せんべい ビスケット		りんごの包み揚げ		せんべい ビスケット	
2月のふれんず(未就 園児)食事体験から		9	オレンジ むぎごはん	10	オレンジ むぎごはん	11	バナナ むぎごはん	12	オレンジ おわかれ会	13	バナナ むぎごはん	14	卒園式
おつゆの具は食べて くれるんですが、汁 を飲んでくれないので す (1歳児の保護者)		鶏肉とキャベツのみそ炒め 切り干し大根の酢の物 カリフラワー バナナ じゃがいものみそ汁 メロンパンクッキー		魚のカレー焼き じゃがいもの煮ごろがし 白菜のおかか和え なめこのみそ汁 麩のラスク		牛肉とかぼちゃの甘辛炒め 大根サラダ ゆでアスパラ キャベツのみそ汁 サーターアンダギー		おたのしみランチ  おたのしみ		チーズ入りハンバーグ 大豆とひじきの煮物 ブロッコリーのお浸し ワンタンスープ フルーツサンド			
		と、相談されました。 『家庭での味付けは、 わからないが味が濃 いと少量で満足して しまう事もある』とアドバ イスし、味見をしてもら いました。 『家では、もっと濃い味 です』と言っていました		16		17		18		19		20	
そのお子さんは、普段 と違う環境だった事も あるかもしれませんが が、全部おつゆの汁を 飲んでいてお母さんも 喜んでいました。 薄味は、身体にもよ く、素材の味も大事に することでできます。 薄味にするポイントは だしの味を利かした り、いつもより少し長 めに火を通す事で素 材からの旨みを引き 出す事ができます。 さつまいも、かぼちゃ などを具材に選ぶと甘 くてコクもでて、お子 さんも食べやすい味に なります。		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		春分の日 		めった汁 型抜きチーズ バナナ せんべい ビスケット	
		おでん スナップえんどうの天ぷら スパゲティサラダ オレンジ シュガーバターラスク		魚のから揚げ野菜あんかけ さつまいもサラダ ブロッコリー ビーフンスープ 五平もち		豚肉のソース焼き 和風サラダ れんこんの地かつお煮 オレンジ まいたけのすまし汁 カップケーキ		魚のしょうゆ麹焼き 金時豆の含め煮 ほうれん草のごま和え 豆腐とわかめのみそ汁 りんご					
23		24		25		26		27		28			
		バナナ むぎごはん		オレンジ 手作り弁当 		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		手作り弁当 	
		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん		バナナ むぎごはん			
		車麩の煮物 かぼちゃグラッセ ゆでいんげん ★三平汁		魚のムニエルマトソース ポテトサラダ ブロッコリー もやしと油あげのみそ汁 みかんゼリー		大豆入りホワイトシチュー 春雨サラダ 型抜きチーズ りんご かぼちゃパイ		魚のポテト焼き 中華風きゅうり 切り干し大根の煮物 オレンジ ★せんべい汁 ヨーグルト ビスケット					
		せんべい ビスケット		豆パン		かぼちゃパイ							
		30		31									
		バナナ むぎごはん		オレンジ むぎごはん									
		八宝菜 粉ふきいも ゆでスナップえんどう オレンジ れんこんの団子汁 干しいも ビスケット		鶏肉とトマトのオープン焼き 高野豆腐の含め煮 キャベツの甘酢和え アスパラスープ かぼちゃ団子									

先月、紹介した納豆和えを、給食に出しました。
給食に出した日に、きりんのKKんにうれしい言葉をかけてもらったので紹介させていただきます。
おやつ後の園庭から戻って来た時、給食室に顔を出して「ぼく、ずっと納豆嫌いだったけど、この納豆なら食べれた。おいしかった」と、報告してくれました。
友達がおいしそうに食べている様子を見たり、他の物と一緒に和えてある事でいつもと見た目が違って食べてみようかなという気になったのかもかもしれません。
子ども達にとってはどんな事がきっかけで食べられるようになるのかは、わからないものだなと思いました。
子ども達の成長を楽しみに、また給食を作っていきたいと思います。
今年度1年間、ありがとうございました。来年度もよろしく願いいたします。 給食室

※ おやつに牛乳がつかます ★は新メニューです