



3月 給食だより

R3. 2. 26 西合志東保育園

やわらかい日差しが差し込むたびに、春の訪れを感じるようになりました。早いもので今年度も残り1ヶ月となりました。4月に比べると心も身体もたくましくなり食べ物の好き嫌いも減ったように感じます。

これからも、給食を通して子どもたちの栄養面や健康管理への配慮にも努めていきたいと思えます。



☆3月3日はひな祭りです☆



女の子の節句として祝われている「ひなまつり」は、「ひな節句」

「桃の節句」とも呼ばれ、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、ひしもち、

あられなどを供える風習がほぼ全国にゆきわたっています。

その始まりは中国と言われていています。中国では3月最初の巳（み）の日に身を清め厄除けをする風習がありました。「形代（かたしろ）」として身代りの小さな人形をつくり、それが災難を引き受けてくれると考えられていました。その人形に、感謝と供養の気持ちを込めてごちそうをするようになったのが、まつりの始まりとされています。



** 献立紹介 **

今回ご紹介する献立は「さつま芋の包み揚げ」です。とても簡単に出来るので、手作りおやつとしてご家庭でもぜひ作られてみてはいかがでしょうか。

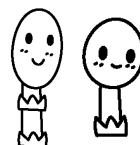
** 材料（1人分） **

さつま芋・・・25g/砂糖・・・4g/餃子の皮・・・2枚/牛乳・・・3g/ ※揚げ油

** 作り方 **

- ①さつま芋は皮を剥いて適当な大きさに切って蒸す。火が通ったらつぶして、砂糖と牛乳を入れてよく混ぜ合わせる。
- ②さつま芋の粗熱が取れたら、餃子の皮で包んで油で揚げる。

☆☆出来上がり☆☆




～保護者の方へお願い～

以上児クラスの白ご飯は、毎朝炊いたご飯をお弁当箱に入れて持たせてください。また、白ご飯は子どもが食べきれる量を入れて下さい。
※家庭で食べる量と同量でお願いします。量が多すぎても食べきれません。

令和3年3月 給食献立予定表

日	曜	献立名	おやつ
1	月	炒めビーフン おから彩りサラダ 佃煮昆布	牛乳 じゃこ入りお好み焼き
2	火	鮭のムニエル ひじきの炒め煮 白菜のみそ汁	牛乳 スイートポテト
3	水	ひな祭りちらし 焼肉 桜大根 菜の花のすまし汁 (以上児クラスはいつも通り白ご飯は持って来て下さい)	ヤクルト ひなあられ ひしもち寒天
4	木	大豆の五目煮 ツナサラダ 果物	牛乳 コーンドロップ ドーナツ
5	金	鶏肉と野菜のごま揚げ トマト 大根のみそ汁	牛乳 ピザトースト
6	土	焼きそば 果物	
8	月	カラフルミートローフ カブのサラダ 卵スープ	牛乳 鬼まんじゅう
9	火	栄養金平 スパゲティサラダ ふのすまし汁	ヤクルト マドレーヌ
10	水	 ビーフンチュー 白菜の昆布和え 果物	牛乳 マカロニあべかわ
11	木	手作りさつま揚げ 人参スティック わかめスープ	牛乳 あん団子(ワンタン)
12	金	お別れ遠足(弁当持参)	飲むヨーグルト お菓子
13	土	チャーハン 玉ねぎのみそ汁	
15	月	焼魚 煮なます ジュリエンヌスープ	牛乳 手作りメロンパン
16	火	さつま揚げと切り干し大根の煮物 スイートサラダ 果物	牛乳 ホットケーキ
17	水	ミネストローネ ししゃもの南蛮漬け 果物	牛乳 シェーンケリー
18	木	すき焼き風煮 煮卵 五分漬け	牛乳 ピーチゼリー
19	金	 ☆お誕生日会☆ ニコニコカレー スマイルポテト ウイナー 果物 福神漬け	ヤクルト ショートケーキ
20	土	春分の日	
22	月	おでん風煮 鶏そぼろ 果物	牛乳 おからココアマフィン
23	火	かき卵汁 青菜のごま和え	牛乳 ケーキ・サレ
24	水	松風焼き レバーの甘辛煮 豆腐のすまし汁	ヤクルト 金時豆の甘煮
25	木	筑前煮 わかめサラダ トマト	牛乳 チーズ蒸しパン
26	金	鶏肉のから揚げ いりこの甘辛煮 そうめん汁	牛乳 バナナスクエアケーキ
27	土	卒園式(祝ケーキ)	
29	月	魚の照り焼き 金平ごぼう おから入りみそ汁	牛乳 小倉ケーキ
30	火	卵焼き 切り干し大根サラダ 青菜のすまし汁	ヤクルト さつま芋の天ぷら
31	水	団子汁 わかめの炒め煮 果物	牛乳 ポップコーン

※  マークがついている日は以上児クラス(ふじ・すみれ・さくら組)はスプーンを持って来てください。
 ※19日のお誕生日会には白ご飯はいりませんが、以上児クラス(ふじ・すみれ・さくら組)はお箸を持って来てください。