

3月 献立表

日	曜		全児副食	全児間食	未満児間食	未満児主食
1	日					
2	月		肉じゃが、三色野菜和え、みそ汁	たこ焼き風、牛乳	野菜ジュース・クラッカー	ご飯
3	火	桃の会	ちらし寿司、豚肉の生姜焼き、海藻サラダ、そうめん汁、果実	ひなあられ、カルピス	豆乳・ビスケット	ご飯
4	水		オーロラチキン、和え物、かき玉汁	ぜんざい・せんべい、お茶	牛乳・パン	ご飯
5	木	お点前	めひかりのから揚げ、かみかみサラダ、オニオンスープ、果実	黒糖蒸しパン、豆乳	牛乳・リッツ	ご飯
6	金	行滕親子登山(ひまわり)	焼肉、ナムル、清し汁、果実	お麩のラスク、牛乳	豆乳・コーンフレーク	ご飯
7	土		コーン入りラーメン、野菜の昆布和え、果実	牛乳・パン	牛乳・ビスコ	中華麺
8	日					
9	月	卒園のつどいハーサル(ひまわり)	豚肉の竜田揚げ、胡麻和え、春雨スープ	コーンフレーククッキー、牛乳	豆乳・パン	ご飯
10	火	キッズインシネマ(ひまわり)	ポークビーンズ、ドレッシングサラダ、コンスープ、果実	フルーツサンド、牛乳	牛乳・ふかし芋	ご飯
11	水	英語	親子丼、ブロッコリーの味噌マヨサラダ、果実	揚げパン、牛乳	飲むヨーグルト・果実	ご飯
12	木	お点前	魚の香草焼き、ゆかり和え、けんちん汁	おにぎり、お茶	豆乳・クラッカー	ご飯
13	金	方財小給食体験会(ひまわり)	野菜たっぷりキッシュ、甘酢野菜、わかめスープ、果実	レモンケーキ、牛乳	牛乳・ちりめん	ご飯
14	土	卒園のつどい				
15	日					
16	月		スパゲティミートソース、ひじきとツナのサラダ、果実	じゃこトースト、豆乳	牛乳・クラッカー	スパゲティ
17	火	太陽スポーツ	魚のちゃんちゃん焼き、ゆかり和え、きのこ汁	フライドポテト、牛乳	豆乳・パン	ご飯
18	水	わくわくランチリトミック(未満児)あはは交流会(ひまわり)	わくわくランチ	ココア蒸しパン、牛乳	牛乳・リッツ	ご飯
19	木	遠足 お弁当日	お弁当の準備をお願いします。	さつま芋ケーキ、牛乳	牛乳・コーンフレーク	弁当日
20	金	春分の日				
21	土		プルコギ丼、厚揚げと野菜の煮物、果実	牛乳・お菓子	牛乳・ビスコ	ご飯
22	日					
23	月	会食会(ひまわり)	ビーフカレー、マカロニサラダ、果実	焼きおにぎり、お茶	豆乳・パン	ご飯
24	火		魚の竜田揚げ、三色なます、みそ汁、果実	牛乳・お菓子	豆乳・コーンフレーク	ご飯
25	水	英語 わくわくおやつ	鶏肉のすっぱ煮、ポテトサラダ、コンソメスープ	わくわくおやつ	牛乳・せんべい	ご飯
26	木	お点前	ミートローフ、和風スパゲティサラダ、清し汁、果実	バナナとココアのケーキ、牛乳	豆乳・ふかし芋	ご飯
27	金		香味揚げ、小松菜とパプリカの和え物、みそ汁	チーズ饅頭、牛乳	牛乳・ちりめん	ご飯
28	土		牛丼、がんもどきの甘煮、果実	牛乳・パン	牛乳・ビスコ	ご飯
29	日					
30	月		魚の人参みそ焼き、中華風サラダ、しらすのスープ、果実	おはぎ、お茶	牛乳・果実	ご飯
31	火		チキン南蛮、ブロッコリーのおかか和え、みそ汁	ヨーグルトムース	豆乳・ビスケット	ご飯

1ヶ月の平均値

エネルギー	567kcal	カルシウム	221.9mg
タンパク質	19.8g	鉄分	2.2mg
脂質	17.9g	塩分相当量	1.6g



食育だより



令和8年3月

未満児クラスの
給食風景



たんぽぽクラスは、手づかみで食べたり、食具を使って食べたりと、十人十色です。
職員は、子どもたちのペースに合わせてながら介助しています。



小さいちゅうりっぷクラスは、食具を使って食べ、反対の手は食器に上手に添えています。



大きいちゅうりっぷクラスは、自分の席へ給食を運び、
苦手なものがある時には「すこしにしてください」と職員に伝えてくれるお友だちもいます。
職員も子どもたちと一緒に食事をし、「今日の野菜はどんな味？」「お汁が温かいね」と会話が弾みます。



ひまわり組のピザ職人

自分たちで
食材の買い出しに
行ってきたよ！

どれをかう？

ピザ生地を
作ります

粉をいれてもみもみしたよ！

具材をトッピング
して給食室へ
運んだよ

ピーマンいっぱい

やいてくださーい

できました！

おいしいね♪

3月3日
ひなまつり

3月3日のひな祭りは、女の子が病気をせず
元気に過ごせるようにお雛様を飾ったり、
ひなあられやちらし寿司、ハマグリのお吸い物を
食べたりして、健やかな成長を願います。
ひなあられには、春夏秋冬の四季を表す色が
あり、1年間健康に過ごせるようにという 意味が
込められています。

みんなで
おもちをまるめたよ

2月のパティシエさん