



# 3月の給食こんだて

～今月のねらい～

寒さに負けない体を作る  
食べることに自信を持つ  
(自分の量を知る)

友だちや保育者と楽しい食事をする

幼保連携型認定こども園 やながせ保育園

大津みやび野分園



## ～旬の食材～

ぶり わかさぎ たら 小松菜 水菜 白ねぎ  
春菊 ブロッコリー ごぼう れんこん いよかん

★…手作りおやつ

|    | 月曜日                                   | 火曜日                                     | 水曜日                                                 | 木曜日                                                  | 金曜日                                                | 土曜日(本園)                         |
|----|---------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------|
| AM |                                       |                                         |                                                     |                                                      |                                                    |                                 |
| 昼食 |                                       |                                         | 1 牛乳 胚芽ビスケット<br>筑前煮<br>ばち入りみそ汁<br>ご飯                | 2 牛乳 くだもの<br>納豆のかき揚げ ご飯<br>ブロッコリーのおかか和え<br>豚肉と野菜のスープ | 3 牛乳 花三色<br>さけの塩焼き<br>ほうれん草の和え物<br>豚汁 ご飯           | 4 牛乳 ビスケット<br>フォー・ガーもどき<br>くだもの |
| PM |                                       |                                         | 牛乳 ★蒸しパン                                            | 牛乳 せんべい                                              | 牛乳 ひなロール                                           | 牛乳 くだものゼリー                      |
| AM | 6 牛乳 牛乳かりんとう                          | 7 ヨーグルト                                 | 8 牛乳 カレーせんべい                                        | 9 牛乳 くだもの                                            | 10 牛乳 ひじきあられ                                       | 11 牛乳 せんべい                      |
| 昼食 | 麻婆豆腐<br>ベーコンとキャベツの炒め物<br>ご飯           | ぶりの照り焼き<br>ハムと春キャベツの甘酢和え<br>かぼちゃのみそ汁 ご飯 | 鰯のごまがらめ<br>ツナとじゃがいものサラダ<br>たけのこのすまし汁 ご飯             | 豚肉と春雨のスタミナ炒め<br>アスパラと豆乳のコーンスープ<br>ご飯                 | カレーライス<br>切干大根の煮物                                  | ミートソーススパゲティ<br>くだもの             |
| PM | 牛乳 パナナ                                | 牛乳 菓子パン                                 | 牛乳 胚芽スティック                                          | 牛乳 ビスケット                                             | 牛乳 ★いちごのケーキ                                        | 牛乳 クッキー                         |
| AM | 13 牛乳 小魚せんべい                          | 14 牛乳 くだもの                              | 15 牛乳 くだものゼリー                                       | 16 牛乳 きな粉ウエハース                                       | 17 牛乳 胚芽ビスケット                                      | 18 牛乳 カルテツいわしおかき                |
| 昼食 | 手作りハンバーグ<br>ブロッコリーの塩昆布和え<br>コーンスープ ご飯 | 鰯の塩焼き<br>マカロニサラダ ご飯<br>鶏肉とじゃがいものみそ汁     | 手作りチキンナゲット<br>ブロッコリーのごまあえ<br>パンプキンスープ<br>ご飯         | 鶏じゃが<br>ひじきと大豆の煮物<br>ご飯                              | 鰯のごまがらめ<br>ツナとじゃがいものサラダ<br>たけのこのすまし汁<br>ご飯         | フォー・ガーもどき<br>くだもの               |
| PM | 牛乳 カル鉄スティック                           | 牛乳 紫芋チップ                                | カルピス メロンパン                                          | 牛乳 せんべい                                              | 牛乳 ★お好み焼き                                          | 牛乳 ビスケット                        |
| AM | 20 牛乳 まあるいクラッカー                       | 21 祝日 春分の日                              | 22 牛乳 せんべい                                          | 23 牛乳 くだものゼリー                                        | 24 牛乳 まるごと小魚                                       | 25 牛乳 ミレービスケット                  |
| 昼食 | ビビンバ<br>中華スープ<br>ご飯                   |                                         | 鮭のパン粉焼き ご飯<br>きゅうりこんぶ<br>もずくと絹さやのスープ<br>牛乳 ミルクスティック | 筑前煮<br>ばち入りみそ汁<br>ご飯<br>牛乳 菓子パン                      | *お楽しみ給食*<br>カレーライス<br>切干大根のシャキシャキサラダ<br>牛乳 ★フォカッチャ | ミートソーススパゲティ<br>くだもの             |
| PM | 牛乳 パナナ                                |                                         |                                                     |                                                      |                                                    | 牛乳 せんべい                         |
| AM | 27 牛乳 せんべい                            | 28 牛乳 くだもの                              | 29 牛乳 加ゆウエハース                                       | 30 牛乳 くだもの                                           | 31 牛乳 ビスケット                                        |                                 |
| 昼食 | 麻婆豆腐<br>ベーコンとキャベツの炒め物<br>ご飯           | ポークビーンズ<br>ブロッコリーのサラダ<br>ご飯             | ビビンバ<br>ベーコンとわかめ中華スープ<br>ご飯                         | 鶏じゃが<br>ひじきと大豆の煮物<br>ご飯                              | 豚肉と春雨のスタミナ炒め<br>アスパラと豆乳のコーンスープ<br>ご飯               |                                 |
| PM | 牛乳 プリン                                | 牛乳 ビスケット                                | ヨーグルト                                               | 牛乳 クッキー                                              | 牛乳 くだものゼリー                                         |                                 |