

平成31年



こども園 もものき

日	曜日	10時おやつ	主食	副食献立	3時おやつ	げんきのもと		
						あか からだをしようぶに!	きいろ つよいちから!	みどり 病氣からまもってくれる!
1	金	おからクッキー お茶	✪ 手巻き寿司・はまぐりのお吸い物 ✪	おひなさまゼリー 星煎餅・牛乳	納豆・ツナ・蛤 かまぼこ・鶏肉	ノイック マヨネーズ ごま	玉葱・きゅうり・コーン 三つ葉・ほうれん草	
2	土	お菓子 牛乳	おにぎり	ヨーグルト・お茶		ヨーグルト 牛乳	おにぎり	
3	日							
4	月	こまる煎餅 お茶	ごはん	鶏照り焼き・コロコロサラダ バナナ・牛乳	コーンスープ パン・お茶	鶏肉・ウィンナー ヨーグルト	ノイック マヨネーズ さつま芋・パン	きゅうり・人参 コーン・バナナ
5	火	胚芽クッキー お茶	ごはん	かじきカレーパン粉焼き・いんげんごまマヨネーズ のっぺい汁	みかん食べくらべ 牛乳	かじき カニカマ・かまぼこ	パン粉・里芋 人参・大根・ねぎ	パセリ・いんげん
6	水	アスパラバスケット お茶	ごはん	ハヤシチュー・ほうれん草ツナサラダ お茶	マヨコーントースト 牛乳	豚肉 ツナ	じゃが芋・食パン ノイック マヨネーズ	玉葱・人参・にんにく ほうれん草・もやし
7	木	きな粉せんべい お茶	ごはん	鮭照り焼き・マカロニサラダ バナナ・牛乳	ヨーグルト クラッカー・お茶	鮭 ヨーグルト	マカロニ ノイック マヨネーズ	きゅうり・人参 コーン・バナナ
8	金	りんごゼリー お茶	ごはん	筑前煮・かぼちゃ含め煮・みかん お茶	大芋いも 牛乳	鶏肉 ちくわ	さつま芋 油・ごま	大根・人参・椎茸 蓮根・ごぼう・かぼちゃ
9	土	お菓子 牛乳	おにぎり	ヨーグルト・お茶		ヨーグルト 牛乳	おにぎり	
10	日							
11	月	花せんべい お茶	ごはん	マカロニグラタン・カミカミ和え お茶	フルーヨーグルト お茶	鶏肉・いか チーズ・ヨーグルト	バター・小麦粉 マカロニ・ごま油	大根・きゅうり・人参 玉葱・マツタケ
12	火	ミレービスケット お茶	きつねうどん	かじき竜田揚げ・三色胡麻和え 牛乳	ツナと野菜のおにぎり 牛乳	かじき・ツナ 油揚げ	うどん・胡麻 片栗粉・油	ほうれん草・人参 キャベツ・蓮根
13	水	茹でさつま芋 お茶	ごはん	生揚げもやし炒め・ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁(わかめ・玉葱)	デザート 牛乳	生揚げ	ごま油 ごま・片栗粉	もやし・人参 ブロッコリー・玉葱
14	木	アスパラバスケット お茶	ごはん	肉じゃが・ひじき中華サラダ お茶	いちご・柑橘 牛乳	豚肉	じゃが芋 ごま油・砂糖	ひじき・きゅうり 人参・玉葱・干椎茸
15	金	しらすせんべい お茶	ごはん	洋風金平・のり納豆 味噌汁(白菜・油揚げ)	ボンデケーキ 牛乳	豚肉・油揚げ 粉チーズ・納豆	白玉粉 バター・小麦粉	のり・ごぼう・白菜 もやし・人参・いんげん
16	土	お菓子 牛乳	おにぎり	ヨーグルト・お茶		ヨーグルト 牛乳	おにぎり	
17	日							
18	月	バナナ お茶	わかめごはん	さつま芋入り肉団子・春雨サラダ お茶	フライドポテト (カレー味)・牛乳	鶏肉 豆腐	じゃが芋・油 さつま芋・パン粉	キャベツ・きゅうり 玉葱・人参・コーン
19	火	こまる煎餅 お茶	ごはん	鯖のみそ煮・野菜ソテー・みかん 牛乳	ぼたもち お茶	鯖 魚肉ソーセージ	ぼたもち 砂糖・油	小松菜・もやし しめじ・人参・コーン
20	水	きな粉せんべい お茶	✪ お別れ会食-バイキング給食 ✪		ミレービスケット 野菜ジュース	おたのしみだよ!		
21	木		春分の日					
22	金	胚芽クッキー お茶	五穀ごはん	生揚げカレー・コールスローサラダ 福神漬・いちご・お茶	コア蒸しパン 牛乳	生揚げ チーズ	ノイック マヨネーズ じゃが芋・油	キャベツ・コーン 玉葱・人参・きゅうり
23	土		卒園式					
24	日							
25	月	星せんべい お茶	ごはん	さわらのみそ焼き・スパゲティサラダ 野菜スープ	いよかん・お茶 おからクッキー	さわら 魚肉ソーセージ	ノイック マヨネーズ スパゲティ	きゅうり・コーン 白菜・しめじ・人参
26	火	クラッカー お茶	ごはん	豆腐中華煮・青菜ごぼう中華サラダ お茶	みかんゼリー 花せんべい・お茶	豆腐・豚肉 魚肉ソーセージ	ごま油・砂糖 片栗粉・油	玉葱・人参・椎茸 小松菜・ごぼう
27	水	ととちゃん煎餅 お茶	ごはん	ぶり照り焼き・きのこサラダ ミニ前橋トント汁	バナナ・でこぼん お茶	豚肉・生揚げ ぶり	じゃが芋 ごま油	きゅうり・しめじ・人参 ごぼう・大根・ねぎ
28	木	ミレービスケット お茶	ごはん	ユーリンチー・ナムル お茶	あべかわマカロニ お茶	鶏肉 きな粉	マカロニ 油・片栗粉	玉葱・人参・生姜 ほうれん草・もやし
29	金	ベジタブル煎餅 お茶	ごはん	シラス入り麻婆豆腐・温野菜 バナナ・お茶	黒糖蒸しパン お茶	豆腐 豚肉	片栗粉 ごま油	ねぎ・人参・干椎茸 キャベツ・ピーマン・コーン
30	土	お菓子 お茶	おにぎり	ヨーグルト・お茶		ヨーグルト	おにぎり	
31	日							

食育ってなんだろう～幼児期にどうして「食育」が必要なの？

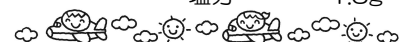
この一年を通して振り返ると、子ども達は様々な成長が見られたと思います。子ども達の人生にとって、幼児期は「食習慣」を決める第一歩となる大切な時期です。幼児期の「食育」が目指すところは「食べることが大好き」になること。色々な食べ物を美味しく食べられることは人生を豊かにします。園の給食を通して、豊かな心を育てていってほしいと思います。

※3月も卒園するももさんのリクエストメニューが盛り沢山！（斜めボディがリクエストメニューです）

☆ スプーンマークの日に幼児組はスプーンを持ってきてください。

はや寝！はや起き！朝ごはん！

3月分平均栄養価	幼児組	エネルギー	475kcal
		タンパク質	18.1g
		脂質	13.8g
		塩分	1.3g



希望保育期間