



◎今月の給食目標：仲良く楽しく食べましょう

## 3月の給食献立表

★ 3/13のお誕生日会は  
ロールパン、ボロネーゼ風パン  
ネポトフ、りんごです。  
おやつはフルーツパフェです

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	1日・15日	2日・16日	3日*・17日	4日・18日*	5日・19日	6日
給	鶏肉のねぎマヨポン炒め みそ汁	豆腐と豚肉の味噌炒め すまし汁	八宝菜 中華スープ	彩りひじき みそ汁	鰯の梅みそ焼き 和え物 すまし汁	発表会（7日） & 卒園式（21日） 給食はありません
	鶏肉 酒 人参 マヨネーズ 青ねぎ ポン酢 油 麩 わかめ 青ねぎ 出汁鰹 味噌	豚肉 豆腐 玉ねぎ ピーマン 人参 砂糖 味噌 油 わかめ えのき 三つ葉 出汁鰹 醤油	いか 豚肉 白菜 人参 干し椎茸 きぬさや 竹の子 もやし 醤油 鶏ガラスープ 片栗粉 油 豆腐 チンゲン菜 中華スープ もやし 醤油	ひじき 油あげ かまぼこ 人参 ピーマン 糸こんにゃく 粒コーン缶 砂糖 醤油 みりん ごま油 大根 油あげ 青ねぎ 出汁鰹 味噌	鰯 梅肉 白味噌 みりん 砂糖 小松菜 えのき 砂糖 醤油 大根 玉ねぎ 人参 青ねぎ 出汁鰹 醤油	★29日（月）は保育終了日です。お弁当を持参願います。
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	
3時	牛 乳 バナナ・せんべい	牛 乳 コーントースト	牛 乳 じゃがボール	牛 乳 レーズンスコーン	牛 乳 茶だんご	

★3日はひなまつり、寿司・えび・すまし汁・ももケーキ・カルピスです。

★18日はお誕生日会&amp;お別れ会です。

★19日はお彼岸、おやつは「ぼたもち」です。

★27日は卒園式です。

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	8日・22日	9日・23日	10日・24日	11日・25日	12日・26日	13日・27日*
給	えびのごま団子 コールスロー スープ	鮭のマヨネーズ焼き 添え野菜 五目汁	桜エビとひじきの混ぜご飯 お浸し すまし汁	チキンナゲット 添え野菜 スープ	豚肉とキャベツの ケチャップ煮 スペグティサラダ	あんかけうどん バナナ
食	豚ミンチ 玉ねぎ えび はんぺん 生姜 醤油 砂糖 天ぷら粉 片栗粉 ごま 砂糖 塩 キャベツ ハム 粒コーン缶 マヨネーズ 酢 砂糖 わかめ えのき 醤油 鶏ガラスープ	鮭 マヨネーズ アスパラガス トマト 鶏肉 人参 ささがきごぼう 油揚げ しめじ 水菜 煮干し 味噌	桜エビ ひじき 豚肉 人参 醤油 酒 みりん 油 砂糖 白菜 小松菜 もやし 油揚げ 醤油 砂糖 みりん すりゴマ 白玉麩 かまぼこ 三つ葉 出汁鰹 醤油	鶏ミンチ 豆腐 小麦粉 片栗粉 鶏がらスープ 白菜 小松菜 もやし 油揚げ 醤油 砂糖 みりん すりゴマ 白玉麩 かまぼこ 三つ葉 出汁鰹 醤油	豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ケチャップ コンソメ 醤油 砂糖 油 サラスピ きゅうり ツナ缶 玉ねぎ マヨネーズ 酢	乾麺 鶏肉 かまぼこ 干し椎茸 人参 青ねぎ 生姜 砂糖 醤油 片栗粉 出汁鰹 バナナ
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク
3時	牛 乳 いちご 動物ビスケット	牛 乳 ねぎ焼き	牛 乳 ごまクラッカー	牛 乳 どら焼き	牛 乳 ほうれん草とチーズ の春巻き	お菓子 ★29日はお弁当

きゅうしょくしつ より

## &lt; 調理の工夫で好き嫌いを克服 &gt;

子どもは匂いや食感、味、見た目など、五感で好き・嫌いを感じています。  
どんなふうに「嫌い」なのかを知ると対処することもできます。 例えば、  
子どもが苦手な青菜は、ごまやくるみマヨネーズなどの和え衣で味を変えたり

味を変えたり、のりやしょうが、ごまなど子どもが好きなものを  
添えたりするのもおすすめです。

また、乳幼児期に栽培や買い物、クッキングを体験すると興味や  
関心が高まって「食べてみたい」という意欲につながります。  
食材との楽しい出会いが「好き」になっていくきっかけとなるのです。

