



よ て い こ ん だ て

令和元年度

末崎保育園

今月の目標

みんなで仲良く食べよう

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|--|--|--|---|--|---|
| 日 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 予定 | | 完全給食 ひなまつり会 | 完全給食 誕生児参観 | | 一日入園 | |
| 未満児主食 | ごはん | | | ごはん | ごはん | じゃがいものそぼろに |
| 昼食 | ・とりにくのでりやき ・きりぼしだいこんの につけ ・しめじのみそしる ・ゼリー | ・ちらしずし ・はながたハンバーグ ・はなふのすましじる ・くだもの ・ヤクルト | ・カレーライス ・ヨーグルトサラダ ・むぎちゃ | ・にくだんごあんかけ ・ぼんさんすう ・なめこじる ・くだもの | ・カジキのねぎみそやき ・かぼちゃサラダ ・わかめのすましじる ・くだもの | ・ジャムパン ・ぎゅうにゅう |
| おやつ | ぎゅうにゅう パームクーヘン | ぎゅうにゅう いちごクレープ | むぎちゃ おたのみデザート | むぎちゃ わかめごはん | のむヨーグルト とうふとこめこのブラウニー | |
| 日 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 予定 | | お別れランド | 完全給食 避難訓練 | | | おにぎりべんとうの日 |
| 未満児主食 | ごはん | | | ごはん | ごはん | |
| 昼食 | ・あつやきたまご ・ツナサラダ ・とんじる ・くだもの | おべんとう (保育園から出ます。) | ・コッペパン ・とりにくのステーキ ソース ・むしやさい ・かぼちゃスープ ・くだもの | ・ハワイアンポークステーキ ・きのこのペンネ ・じゃがいものみそしる ・くだもの | ・マーボー豆腐 ・いろどりあえ ・はるさめスープ ・くだもの | おにぎりを持って きてください。 おかずはいりません。 |
| おやつ | ぎゅうにゅう きなこボーロ | やさしいジュース サブレ | むぎちゃ コーンのみぞごはん | ぎゅうにゅう りんごケーキ | ヨーグルト せんべい | |
| 日 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 予定 | | | 完全給食 | | 春分の日 | |
| 未満児主食 | ごはん | ごはん | | ごはん | | コーンソテー |
| 昼食 | ・ブレーンオムレツ ・だいこんのそぼろに ・しめじのみそしる ・くだもの | ・さけのあけぼのやき ・キャベツの しおこんぶあえ ・なまあげのみそしる ・くだもの | ・たきこみごはん ・にくだんごスープ ・くだもの | ・とりのからあげ ・あぶらあげいりサラダ ・えのきのみそしる ・くだもの | | ・あんぱん ・ぎゅうにゅう |
| おやつ | のむヨーグルト こめこのおのみやき | ぎゅうにゅう ブルーベリータルト | むぎちゃ ざくざくクッキー | ぎゅうにゅう きなこサンド | | |
| 日 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | |
| 予定 | | | 完全給食 | 完全給食 | 卒園式 | |
| 未満児主食 | ごはん | ごはん | | | | 3月28日からは希望保 育です。ご利用の方はお 弁当、飲み物、おやつを 持ってきてください。 |
| 昼食 | ・サーモンナゲット ・きんぴらごぼう ・こまつなのみそしる ・くだもの | ・はんぺんフライ ・にくじゃが ・とうふのみそしる ・くだもの | ・タコライス ・きのこわかめの スープ ・くだもの | ・メロンパン ・やさしいジュース ・ゼリー | | |
| おやつ | ぎゅうにゅう オレンジむしパン | きなこバナバロア ウエハース | むぎちゃ ミニシュークリーム | | | |

※献立は都合により変更になる場合があります。

1年間ありがとうございました

早いもので、今年度もあと一カ月となりました。4月に比べて、子ども達はお当番が上手にできるようになり、たくましさ頼もしさが備わってきたように感じます。給食室では、「いただきます、ごちそうさま」の元気な声が響いています。

園庭の梅も咲き、春はもうすぐそこまでやってきました。今月はひなまつり会、お別れランド、卒園式など行事がたくさんあります。手洗い、うがいをしっかり行い、体調管理には気を付けましょう。

| 今月の予定平均栄養量 | | |
|------------|--------------|-----------|
| | エネルギー | 塩分量 |
| 以上児 | 451kcal(445) | 1.5g(1.9) |
| 未満児 | 498kcal(490) | 1.3g(1.7) |

()の数字は目標量です。

献立紹介

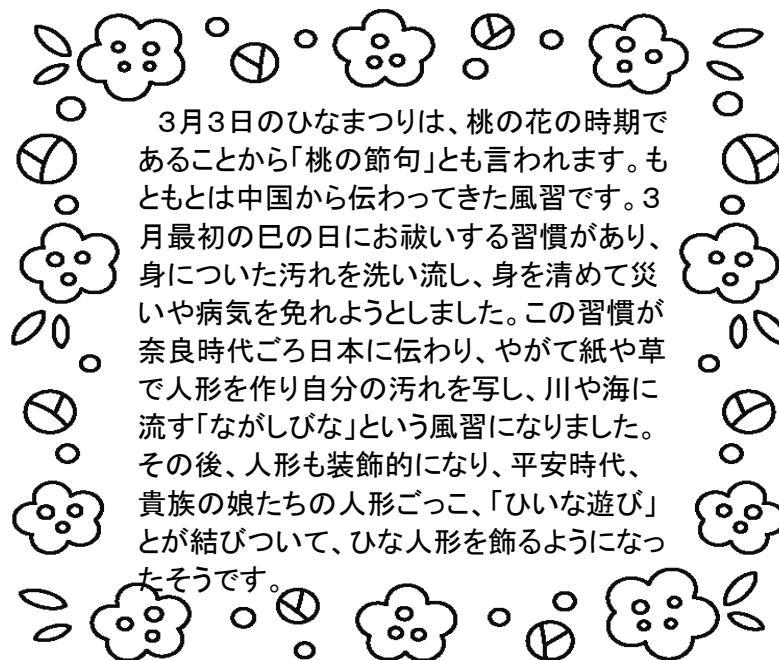


- 2月4日(火)
- ・豆腐チキンナゲット
 - ・小松菜の醤油炒め
 - ・わかめの味噌汁
 - ・果物(いよかん)

☆豆腐チキンナゲット(4人分)

- ・鶏ひき肉 130g
- ・木綿豆腐 80g
- ・片栗粉 4g
- ・コンソメ 少々
- ・パン粉 適量
- ・サラダ油 適量
- ・ケチャップ 12g
- ・ソース 12g
- ・砂糖 4g

1. 豆腐の水を切っておく。
2. 1と鶏ひき肉、片栗粉、コンソメを混ぜ合わせ、4つに分け、小判型に成形する。
3. パン粉を乾煎りし、色付けする。
4. 2に3のパン粉を付け、サラダ油を塗り、火が通るまで、オーブンで焼く。
5. 鍋にケチャップ、ソース、砂糖を入れ、砂糖が溶けるまで加熱する。



3月3日のひなまつりは、桃の花の時期であることから「桃の節句」とも言われます。もともとは中国から伝わってきた風習です。3月最初の巳の日にお祓いする習慣があり、身についた汚れを洗い流し、身を清めて災いや病気を免れようとしてきました。この習慣が奈良時代ごろ日本に伝わり、やがて紙や草で人形を作り自分の汚れを写し、川や海に流す「ながしびな」という風習になりました。その後、人形も装飾的になり、平安時代、貴族の娘たちの人形ごっこ、「ひいな遊び」とが結びついて、ひな人形を飾るようになったそうです。

ご飯のいらぬ日
3・4・7・10・11・18・21・25・26日
おにぎりを持ってくる日
14日