



3月 給食だよ!

いおうほいくえん

3月の目標 楽しい食事にしよう

1年間最後の月を迎えました。みなさん毎日しっかり給食を食べて、去年より大きくなりましたね。食事を残すことも少なく、「全部食べたよ!」「おいしかった!」「お野菜苦手だけど頑張って食べたよ」と、声を掛けてくれて、とても嬉しいです。
ひまわり組さんは卒園を控え、4月からは小学校生活が始まります。保育園の給食をしっかり食べて大きくなった皆さんなら、不安も乗り越えて頑張れることでしょう。給食室からも応援していますよ☆

リクエストメニュー
人気のメニューは・・・

ひまわり組さんが医王保育園の給食を食べるのもあと少しとなりました。毎日給食を楽しみにしていますが、好きな献立の日は、より一層待ち遠しかったのではないのでしょうか。みなさんが大好きだった献立をもう一度食べてほしくて、3月の給食でリクエストメニューを予定しています。

リクエストしたメニューはいつかな～?
どうぞお楽しみに!



カレー



唐揚げ



クッキー

人気のレシピをご紹介します ＜手まりシュウマイ＞

- ＜材料 10個分＞
 ・豚ひき肉:150g
 ・玉ねぎ:1/4個
 ・にんじん:1/5本
 ・塩コショウ:少々
 ・焼売の皮:4枚
- ＜作り方＞
 ①焼売の皮を1cm幅に切る。
 ②玉ねぎ・人参をみじん切りし、豚ひき肉と混ぜる。塩コショウで味をつける。
 ③②を3cm大に丸め、①を周りにくっつける。
 ④蒸し器で20分蒸し、中心まで火が通ったら出来上がり!



アンケートのご協力ありがとうございました

リクエストメニューで人気だった献立から、レシピをご紹介します!ぜひご家庭でも作ってみてくださいね♪

3月給食予定表

| 日 | 曜 | 献立 | 9時おやつ | 3時おやつ | |
|----|---|------------------------------------|------------|-------------|--|
| 1 | 土 | ナポリタン・ロールパン・黄桃缶 | ソーセージ | アンパンマン揚げせん | |
| 3 | 月 | 鶏肉のネギソースかけ・金平ごぼう・野菜スープ・キウイ | ハーベスト | ひなあられ・カルピス | |
| 4 | 火 | はんぺんのチーズフライ・のり納豆・豚汁・みかん缶 | いりこ | ★パイン蒸しパン | |
| 5 | 水 | ソーセージ竹輪・ブロッコリーのフレンチ和え・豆腐のお吸い物・りんご | パームクーヘン | ★たぬきごはん | |
| 6 | 木 | カツカレー・春雨サラダ・トマト・いちご | 鉄ウエハース | ゼリー・せんべい | |
| 7 | 金 | 白身魚の味噌焼き・かぼちゃのおかか和え・きのこスープ・バナナ | ヨーグルト | ★マシュマロサンド | |
| 8 | 土 | ちゃんぽん・みかんヨーグルト | ミレービスケット | さやえんどう | |
| 10 | 月 | シチュー・ポイルブロッコリー・トマト・キウイ | 棒チーズ | ★バナナケーキ | |
| 11 | 火 | 鮭のバター焼き・梅納豆・わかめの味噌汁・黄桃缶 | カルシウムウエハース | ★マカロニあべかわ | |
| 12 | 水 | 手まり焼売・バンサンスー・おふのお吸い物・みかん | バナナ | ★フライドポテト | |
| 13 | 木 | カレイの煮物・きゅうりとささみの和え物・コーンスープ・りんご | ハーベスト | ★ホットケーキ | |
| 14 | 金 | 唐揚げ・ウインナー・和風パスタ・添え野菜・そうめんのお吸い物・ゼリー | いりこ | ★たべっこ動物 | |
| 15 | 土 | 味噌ラーメン・チャーハン・パイン缶 | パームクーヘン | おにぎりせんべい | |
| 17 | 月 | ビーフシチュー・ツナマヨサラダ・トマト・バナナ | りんご | ★シリアルおこし | |
| 18 | 火 | 鯖の塩焼き・白菜のゆかり和え・かぼちゃのスープ・キウイ | 鉄ウエハース | ★ピザトースト | |
| 19 | 水 | チキン南蛮・ブロッコリーのサラダ・じゃがいもの味噌汁・みかん缶 | ミレービスケット | コーンフレーク | |
| 20 | 木 | 春分の日 | | | |
| 21 | 金 | 鮭のもみじ焼き・カリカリ納豆・ほうれん草のお吸い物・りんご | ヨーグルト | ★肉まん | |
| 22 | 土 | 卒園式 (パン・ジュース) | | | |
| 24 | 月 | だし巻玉子・チョレギサラダ・中華スープ・黄桃缶 | 棒チーズ | ★チョコスティックパイ | |
| 25 | 火 | エビフライ・キャベツの胡麻和え・玉ねぎの味噌汁・バナナ | ハーベスト | リッツ | |
| 26 | 水 | チキンカレー・盛り合わせサラダ・トマト・パイン缶 | カルシウムウエハース | ★スノーボールクッキー | |
| 27 | 木 | 白身魚のマヨネーズ焼き・コーンといんげんのソテー・かきたま汁・みかん | バナナ | ★味噌蒸しパン | |
| 28 | 金 | チーズinハンバーグ・小松菜納豆・レタススープ・キウイ | いりこ | ★ホットドッグ | |
| 29 | 土 | 肉うどん・若菜ごはん・みかん缶 | パームクーヘン | こつぶっこ | |
| 31 | 月 | タンドリーチキン・カリプロサラダ・さつま芋の味噌汁・りんご | 鉄ウエハース | ★クッキー | |

すみれ・もも組の飲み物は(月・水・金)牛乳(火・木)スキムミルク、たんぽぽ組以上はスキムミルクです。
誕生会です。新メニューです。
 ひまわり組さんのリクエストメニューです。
 ★は手作りおやつです。