

3月 食育だより

令和5年3月1日発行 豊川こども園給食



今年度も残り僅かとなりました。感染症対策をしながら、行事も少しずつ行えるようになり、給食もクッキングやいろいろな行事食・新しいメニューを出すことが出来ました。子どもたちの喜ぶ顔をたくさん見ることができ、とても充実した1年だったと思います。

4月に比べ、食べる量が増えた子、苦手な食べ物を克服した子など各クラスそれぞれ成長を見守れてとても嬉しい気持ちです。

来年度も、ステップアップした姿や子どもたちの喜ぶ顔をたくさん見ることが出来るように、安全で美味しい給食を作りたいと思います。これからもよろしくお祈りします。



せつぶんメニュー

今年の節分メニューは、
鬼オムレツ・金棒ウインナー・
豆まきの豆と升をイメージした、
厚揚げと枝豆を作りました。

子どもたちも「かわいい!」「鬼だ!」
ともりもり食べていました(^ ^)

おやつの恵方巻は、おかわりも
すぐに無くなってしまいました!



2月の人気メニューレシピ

★だいこんサラダ (4人)

- ・カニカマ 50g
- ・人参 70g
- ・大根 250g
- ・ほうれん草 50g
- ・コーン 50g
- ・砂糖 小さじ1
- ・マヨネーズ 大さじ3
- ・醤油 小さじ1/2
- ・塩こしょう 適量



<作り方>

- ①カニカマを割しておく。
- ②人参・大根を細いスライサーにかけるか、千切りにし、塩をかけておく。
- ③ほうれん草を茹で、絞って2cm幅に切る。
- ④②の水分がでてきたら、絞り他の野菜とカニカマを混ぜておく
- ⑤調味料と④を混ぜ合わせたら完成!



2月から梅組さんとおやつの牛乳運びが
はじまった桃組さん! ごはんを食べる姿勢や
お箸の持ち方もかっこいいです☆



3月のこんだて

月	火	水	木	金	土
めじろ うぐいす ひばり		① キャベツの寄せ焼き もやし <small>の中華和え</small> 果物 ジャムサンド	② 麻婆豆腐 わかめ <small>の炒めナムル</small> 白菜漬 かりかりいこ・ビスケット	③ エビフライ ひな祭りポテトサラダ 橘ブロッコリー 桜餅風いちご大福・ひなあられ	④ ちゃんぽん 棒チーズ お菓子
⑥ 肉団子スープ レバー <small>の生姜煮</small> 果物 ねぎ焼き	⑦ 魚の甘辛煮 ひじきサラダ レタス フレンチトースト	⑧ オムレツ スパンテー ブロッコリー マカロニ黄粉	⑨ 炒り豆腐 シュウマイ 枝豆 ヨーグルトドーナツ	⑩ お弁当の日 お誕生日ケーキ	⑪ 肉うどん 果物 お菓子
⑫ ビーフカレー コールスローサラダ 福神漬 メロンパン風トースト	⑬ とんかつ キャベツ <small>のゆかり和え</small> 果物 ☆筍 <small>の炊きこみおにぎり</small>	⑭ 鶏肉 <small>のマーメレード焼き</small> ほうれん草 <small>の菜種和え</small> トマト プリン・お菓子	⑮ 南瓜 <small>のそぼろあんかけ</small> ひじき <small>のソフトふりかけ</small> 果物 変わりホットケーキ	⑯ 魚 <small>のチーズフライ</small> 輪窯 <small>の酢の物</small> サニーレタス メロンパン風トースト	⑰ 卒園式
⑳ けんちん汁 竹輪 <small>の磯辺揚げ</small> 果物 ぼたもち	㉑ 春分の日	㉒ 鰯 <small>のつみれ焼き</small> 大根 <small>と竹輪のごまなます</small> ブロッコリー <small>の和え物</small> ☆カレーばんマン	㉓ コロッケ 線野菜 トマト パンミキケーキ・ぶどうゼリー	㉔ 魚 <small>のみそ焼き</small> 南瓜サラダ レタス フロランタン・果物	㉕ ミーツバゲティ ミニゼリー お菓子
㉖ 春キャベツ <small>のふわふわスープ</small> 刻み昆布 <small>とツナの炒め煮</small> トライフル	㉗ 魚 <small>の洋風焼き</small> 干し大根 <small>の炒め煮</small> 枝豆 パン	㉘ 肉じゃが ひじき <small>の卵焼き</small> ブロッコリー 利休白玉団子	㉙ 豚肉 <small>の生姜焼き</small> 野菜炒め 果物 ロールケーキ	- 3月のおいしいたべもの - カリフラワー・春キャベツ・春菊・たけのこ・いちご・あさり・さわら・ハマグリ・など	

※行事等により、献立を多少変更することがあります。☆は新メニューです。