

令和4年度 3月の献立

ちびっこきらら保育園

	曜日	午前おやつ 未満児	主食	副食 牛乳は以上児のみ(記入は省略)	午後のおやつ	
1	水	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐ともやしの味噌汁 白身魚のレモン煮 ジャが芋きんぴら	牛乳 せんべい	
2	木	牛乳 せんべい	ひな祭り・ひな祭り寿司	すまし汁 五目豆煮 フルーツゼリー	牛乳 せんべい	
3	金	牛乳 せんべい	ご飯	チンゲン菜とわかめの味噌汁 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりと長芋のさっぱり漬け	牛乳 せんべい	
6	月	牛乳 せんべい	キッズ ピビンバ	茄子と揚げの味噌汁 インゲン豆の甘煮 春雨サラダ	牛乳 せんべい	
7	火	牛乳 せんべい	ご飯	かぼちゃと野菜の味噌汁 豚肉と昆布の炒め煮 キャベツのサラダ 大豆の甘辛煮	牛乳 せんべい	
8	水	牛乳 せんべい	ご飯	白菜と揚げのすまし汁 白身魚のケチャップ煮 茹でブロッコリー レンコンサラダ	牛乳 せんべい	
9	木	牛乳 せんべい	ご飯	切り干し大根とわかめの味噌汁 凍り豆腐とひき肉の煮物 蒸しかぼちゃ 青野のお浸し	牛乳 クッキー	
10	金	牛乳 せんべい	ご飯	けんちん汁 鶏肉の照り焼き 白菜とほうれん草の胡麻和え レンコンきんぴら	牛乳 クッキー	
13	月	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐の旨煮 焼そば 茹でブロッコリー 大根の煮物	牛乳 せんべい	
14	火	牛乳 せんべい	三色丼	もやしと人参の味噌汁 魚フライ 大豆の甘辛煮 いちごヨーグルト	牛乳 カラフルせんべい	
15	水	牛乳 せんべい	お弁当の日			牛乳 せんべい
16	木	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐とえのきのすまし汁 白身魚のカレーあんかけ ベイクド里芋 カリフラワーサラダ	牛乳 せんべい	
17	金	牛乳 せんべい	わかめ ご飯	じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 鶏肉の胡麻ソースからめ もやしのナムル 蒸し野菜サラダ	牛乳 クッキー	
20	月	牛乳 せんべい	ご飯	ミートボールのトマトシチュー 切り干し大根サラダ(ツナ) フライドポテト	牛乳 せんべい	
22	水	牛乳 せんべい	ご飯	さつま芋と小松菜の味噌汁 白身魚の揚げおろし煮 もやしの胡麻和え ひじきの煮物	牛乳 せんべい	
23	木	牛乳 せんべい	お誕生 会	カレーライス マカロニサラダ フライドポテト 手作りケーキ ゼリー	牛乳 せんべい	
24	金	牛乳 せんべい	ご飯	もやしとチンゲン菜の豆腐スープ 白身魚の五目とろみ煮 茹でブロッコリー 豆腐サラダ	牛乳 クッキー	
27	月	牛乳 せんべい	菜飯	大根とネギの味噌汁 炒り豆腐 切り干し大根の旨煮 ひじきのサラダ	牛乳 せんべい	
28	火	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐と揚げのすまし汁 豚肉とキャベツのみそ炒め はるさめの酢の物 きんぴらごぼう	牛乳 蒸しパン	
29	水	牛乳 せんべい	ご飯	じゃが芋とさやえんどうの味噌汁 ミートスパ 大豆の煮物 野菜サラダ バナナ	牛乳 せんべい	
30	木	牛乳 せんべい	あずき ご飯	かぼちゃと茄子の味噌汁 鶏のから揚げ コールスローサラダ 茹でブロッコリー	牛乳 せんべい	
31	金	牛乳 せんべい	ご飯	豚汁 蒸し魚のとろみあんかけ ベイクドじゃが芋 青菜の胡麻和え	牛乳 せんべい	



あっという間に今年度も残すところ1か月となりました。子どもたちは1年で心身ともに大きく成長できたのではないかと思います。毎日の食事を通して成長を感じる瞬間があったのではないのでしょうか？

保育園の給食でも苦手な食べ物も一口でも食べてみよう頑張っている姿が見られます。その気持ちがやがて好き嫌いしないで楽しく食事ができる子に成長するのだと思います。

14日ひまわり組

お別れ会

ちび☆きららの給食で
ひまわり組の子ども
たちが選んだベスト
3をつくります。

- 1位 三色丼
- 2位 魚フライ
- 3位 大豆の甘辛煮

3月3日 ひなまつ

白酒(甘酒)

ひし餅、ひなあられ
3つの色に願いが込
められています。桃
色は「魔除け」白は
「清浄」緑は「健康」
になります。

ハマグリ
ハマグリは二枚貝で対
の貝殻しか組み合わ
ないことから将来夫婦円
満に暮らせるようにとい
う意味がある。

ちらし寿司
貝のエビは腰が曲がって「長寿」の
象徴。穴が開いて「先の見通しが
きく」レンコン、「まめに働ける」ように豆
など、縁起の良い具材をたくさん入れ
る。