



2021.

3月の献立

月	火	水	木	金	土
麻婆豆腐 ごま油とサラダ 煮豆 みかん缶 (1日)	オムレツ ゆかりスープ すまし汁 フロウダー トマト (2日)	魚のかばり焼 春雨の酢の物 みそ汁 ちろしずし りんご (3日)	とり天 葉の花のおかか和え かばちの三つ煮 パンナ (4日)	肉じゃが セロリ大根のナムル ししゃも もも缶 (5日)	ピザトースト コンソメスープ パン缶 (6日)
魚のおかめ おにぎり	大学芋	木炭もち	カルシウム トースト	中華おか	コーンフレーク
おおみ焼 小の葉のり みそ汁 トマト (8日)	タンドリーチキン ポテトサラダ コンソメスープ りんご (9日)	筑前煮 春キャベツのサラダ ゆかりきゅうり みかん缶 (10日)	魚の香草 パン米分焼 さつま芋の栗の金平 すまし汁 もも缶 (11日)	豆腐ハンバーグ セロリ大根の当座煮 みそ汁 パンナ (12日)	菜飯 みそ汁 パン缶 (13日)
かせうま	大豆とかりの 甘煮	ちくちの 揚げ	かばちとアイン	アップル セリー	パンナケーキ
凍り豆腐の オレンジ煮 ひじきの華国和え しらす みかん缶 (15日)	しゃりライス キャベツとリンゴの 和え物 トマト (16日)	魚のユニエ ラビッシュとアイン 和え物 ちくちの 揚げ もも缶 (17日)	豚肉の生煮焼 青梗菜とハムの 中華サラダ みそ汁 パン缶 (18日)	大豆入りひじきの 油揚げ ショーランポット りんご (19日)	春分の日
王様人草おにぎり	おかめとしらすの ポテト焼	ちんすこう	豆腐の チーズケーキ	木炭もちおにぎり	
ウナギ入りミソ汁 油揚げと里芋の サラダ みかん缶 (22日)	お別れ遠足	魚の塩焼 木炭菜のり 厚揚げの煮付 トマト (24日)	ピザ焼 トマトとわかめ 和え物 コンソメスープ もも缶 (25日)	* 是なぐみせん リクエストメニュー * (26日)	卒園式
さつまいもりんごの おにぎり	豆乳もち	ビーフステーキ	おんigataトースト		
レバーの甘煮 春雨サラダ みかん缶 (29日)	イタリアンスープ 大豆入り煮昆布 もも缶 (30日)	魚とセロリ大根の 煮もの りんごサラダ おかめスープ トマト (31日)			
ウナギロール	フレーズ ヨーグルト	フレンチ トースト			

- ・15時のおやつに牛乳がつけます。
- ・アレルギー食はXニューがアレルギー異なります。
- ・食材の糸用品状況によりXニューがアレルギー異なることがありますので、予めご了承ください。

給食だより



1月の郷土料理王里は、徳島県でした。

メニューは、いり飯・栗肉のすだち風味・
具だくさん汁・果牛乳・(王だはん(おやつ))

いり飯は、本来 酢飯に いりこを混ぜた
ものでしたが、次第に いりこだけでなく
油揚げやちくち、里野菜などが使われるよう
になりました。🐟 口味づけにはすだちの酢を
使います。



↑ すだち

すだちとかぼすの ちがいは？



↑ かぼす

大分県は かぼすの生産が日本一なので
かぼすを使うことが「当たり前」ですが、
簡単に違いを説明します！

- ★ すだちは主に徳島県が生産地で、大きさはピンポン玉程度。 園口香が強いので、少量で香りを楽しむ
ことができます🍊
- ★ かぼすは主に大分県が生産地で、大きさは小さいみかん程度。 すだちに比べるとマイルドな味です🍊

食育の日

今月は、みんなでじゃがいもの種芋植えをしました。

禾満児さんには「じゃが芋はどんな料理に入ってる？」と質問すると、「カレー！」
「フライドポテト！」と色々答えてお楽しみ、みんなの好きなものを 発表と回答してくれました😊
おいしいカレーやポテトのために！ みんなスコップを使って上手に植えてくれました🍌
以上児さんには「じゃがいもは何からできてる？」と質問をすると、毎年植えているはずなのに
種芋という回答は得られず...💧 今年は覚えてくれるといいな😊
昨年はカレー作りができなかったの、今年はできるように！ とお願い
しながらじゃがいもを植えました🥰

かるがも保育園 🍌