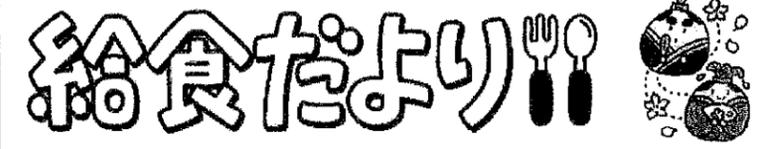


※ ○印はスプーンを、□印はフォークを持参ください。



		あかのなかま からだをつくる	みどりのなかま からだの調子をととのえる	きいろのなかま エネルギーのもとになる	その他調味料	主食	
1	金	ひなまつり献立 鶏の唐揚げ ごま和え お吸い物 ひなまつりゼリー	鶏もも肉・絹豆腐・かまぼこ・豆乳・寒天	しょうが・ほうれん草・もやし・えのきたけ・きぬさや・白滝	片栗粉・小麦粉・油・砂糖・すりごま	酒・しょうゆ・塩	ごはん
4	月	親子丼 もやしの中華和え みそ汁 果物	鶏もも肉・鶏卵・わかめ・油あげ・みそ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・もやし・きゅうり・ホールコーン・キャベツ・果物	砂糖・油・ごま油・いりごま	しょうゆ・酒・塩・酢	ごはん
5	火	クリームシチュー フレンチサラダ 果物	鶏もも肉・牛乳	にんじん・たまねぎ・ホールコーン・グリーンピース・きゅうり・キャベツ・果物	じゃがいも・油	ホワイトルウ・シチューミックス・塩・酢	ロールパン
6	水	3月うまれ誕生会♪ ミートボール フライドポテト マカロニサラダ コーンスープ ゼリー	鶏肉・わかめ	たまねぎ・にんじん・パセリ粉・きゅうり・コーン・クリームコーン	じゃがいも・パン粉・マカロニ・砂糖・油・片栗粉・ゼリー	しょうゆ・塩・酢・マヨネーズ・コンソメ	わかめごはん
7	木	【お弁当デーのため、きゅうしょくはありません】					
8	金	魚の香草焼き キャベツのおかか和え 冬菜のみそ汁 果物	赤魚・かつお節・油あげ・みそ	パセリ・キャベツ・にんじん・冬菜・長ねぎ・果物	パン粉・オリーブ油・じゃがいも	塩・カレー粉・しょうゆ	ごはん
11	月	麻婆豆腐 華風和え スープ 果物	木綿豆腐・豚ひき肉・みそ・ロースハム・春雨	しょうが・にんじん・干しいたけ・長ねぎ・にら・もやし・きゅうり・小松菜・ホールコーン・えのきたけ・果物	砂糖・酒・片栗粉・ごま油・いりごま	しょうゆ・酢・中華だし	ごはん
12	火	白身魚フライ 和え物 豚汁 果物	タラ・豚肉・つきこんにやく・木綿豆腐・みそ	もやし・ほうれん草・ホールコーン・にんじん・大根・長ねぎ・果物	パン粉・小麦粉・油	しょうゆ・塩・タルタルソース・酒	なめしごはん
13	水	みそラーメン 昆布豆 果物	豚もも肉・みそ・昆布・大豆水煮	長ねぎ・人参・もやし・ホールコーン・にら・しょうが・果物	ごま油・砂糖	しょうゆ・中華だし	ちゃんぽん麺
14	木	【給食最終日】 カレーライス 切干大根とツナの和え物 果物 牛乳	豚肉・ツナ缶・牛乳	たまねぎ・にんじん・切干大根・きゅうり・もやし・果物	じゃがいも・油・砂糖・ごま油	カレーウ・ケチャップ・しょうゆ・ソース・酒・酢	ごはん
15	金	《特別給食 お弁当》					
18	月	【午前保育のため、きゅうしょくはありません】					
19	火	【修了式のため、お弁当での提供となります】					
21	木	☆春休み 希望者のみ☆ 焼魚 炒り煮 みそ汁 クリームコンフェ	さば・昆布・つきこんにやく・さつま揚げ・みそ・鶏卵・牛乳	にんじん・干しいたけ・たまねぎ・小松菜	砂糖・油・さといも・小麦粉	塩・しょうゆ・みりん	ごはん
22	金	☆春休み 希望者のみ☆ ささみカツ ポテトサラダ コンソメスープ 果物	鶏ささみ・ウィンナー	にんじん・きゅうり・ホールコーン・えのきたけ・たまねぎ・果物	パン粉・油・小麦粉・砂糖・じゃがいも	ソース・マヨネーズ・塩・コンソメ	ロールパン
25	月	☆春休み 希望者のみ☆ 鶏のみそ漬焼き ツナと大豆のサラダ 春雨スープ 果物	鶏もも肉・みそ・ツナ缶・大豆水煮・わかめ	にんじん・キャベツ・ホールコーン・長ねぎ・果物	春雨・ごま油	酒・みりん・マヨドレ・塩・中華だし・しょうゆ	ごはん
26	火	☆春休み 希望者のみ☆年長卒園旅行☆ マカロニグラタン サラダ コンソメスープ 果物	鶏もも肉・牛乳・チーズ・ベーコン	たまねぎ・マッシュルーム缶・ブロッコリー・にんじん・キャベツ・ホールコーン・かぶ・きゅうり・小松菜・果物	マカロニ・油	塩・ホワイトルウ・酢・コンソメ	クロワッサン
27	水	☆春休み 希望者のみ☆ かしわうどん ハム入りブロッコリーサラダ 果物	鶏もも肉・油あげ・ハム	小松菜・にんじん・えのきたけ・長ねぎ・干しいたけ・ブロッコリー・キャベツ・ホールコーン・果物	油	みりん・塩・しょうゆ・酢・マヨドレ	うどん
28	木	☆春休み 希望者のみ☆ 魚の照り焼き 即席漬 みそ汁 果物	さば・塩昆布・油あげ・わかめ・みそ	白菜・キャベツ・にんじん・もやし・たまねぎ・果物		しょうゆ・みりん・酒・塩	ごはん
29	金	☆春休み 希望者のみ☆ ピピンパ 厚焼きたまご チンゲン菜とわかめのスープ 果物	豚ひき肉・わかめ・木綿豆腐・鶏卵	ほうれん草・もやし・人参・ぜんまい・干しいたけ・チンゲン菜・たまねぎ・ホールコーン・果物	ごま油・砂糖・いりごま	しょうゆ・塩・中華だし・しょうゆ	ごはん
		3/18(月)午前保育 希望者のみ 鶏の照り焼き ブロッコリーのおかか和え かきたま汁 果物	鶏もも肉・かつお節・木綿豆腐・鶏卵	ブロッコリー・人参・キャベツ・小松菜・長ねぎ・果物		しょうゆ・みりん・酒・塩	ごはん

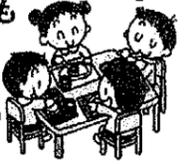
令和5年度



『楽しく食べる子どもに』

「楽しく食べる子どもに」は、国の「保育所における食育に関する指針」のタイトルになっている言葉です。この指針では、食育の目標として5つをかかげており、園でも、この指針を参考に、様々な食育活動を実施しています。

- ① お腹がすくリズムのもてる子ども
- ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③ 一緒に食べたい人がいる子ども
- ④ 食事づくり、準備にかかわる子ども
- ⑤ 食べものを話題にする子ども



『食事作りのお手伝い』

子どもは、食に関する体験を通して食べ物や食事に対する興味を高めていきます。

そこで、子ども達にお手伝いをお願いしてみましょう。お箸やスプーンを食卓に並べる、お箸とスプーンどちらを使うか選んでもらうなど、かんたんな内容でかまいません。

自分で準備した食卓は、いつもより食べる意欲がわくかもしれませんね。

食後の軽くなった食器を下げてもらったり、キャベツやレタスなどをちぎってもらうのもおすすめです。



新潟市で食について学ぼう！

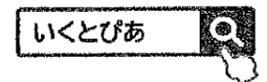
『食育・花育センター』『アグリパーク』

食に関する施設が充実している新潟市。食や花について楽しみながら学ぶことができる『食育・花育センター』や、農作物の収穫・家畜の乳しぼりやえさやり等の農業体験ができる『アグリパーク』があります。

ホームページや公式SNSで情報を発信しているので、チェックしてみてくださいね♪



いくとぴあ食花
IKUTOPIA
SHOKU HANA



最新情報は
ホームページとSNSでチェック！

*献立内容を変更する場合があります。*調味料のマヨネーズは、原材料に鶏卵のっていない製品を使用しています。