

3月の献立予定表と給食だより

ひまわり組・たんぽぽ組・すみれ組

吉田保育所

3月	月	火	水	木	金	土
日にち					1日	2日
午前おやつ					ひな祭りお誕生日会 ・ご飯はいりません	
献立名					・ちらしご飯 ・あさりのすまし汁 ・デザート	・チンジャオロース ・中華風スープ ・果物
午後おやつ					・牛乳 ・おにぎりせんべい	・牛乳 ・白い風船
日にち	4日	5日	6日	7日	8日	9日
午前おやつ	・牛乳		・牛乳		お別れ楽しみ会 ・ご飯はいりません	
献立名	・揚げギョーザ ・切り干し大根の炒め煮 ・豚汁	・鮭のオープン焼き ・ゴマ和え納豆 ・じゃが芋となめこのみそ汁	・ミートローフ ・ブロッコリーとバナナのサラダ ・舞茸汁	・ポークジンジャー ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・豆腐とわかめのみそ汁	・スープパスタ ・グラタン ・フライドポテト	・スタミナ炒め ・たけのこのスープ ・果物
午後おやつ	・スキムミルク ・純米せんべい	・スキムミルク ・ラスク◆	・スキムミルク ・かあさんケット	・スキムミルク ・アンパンマンのソフトせん	・牛乳 ・エリーゼ	・牛乳 ・せんべい(ハッピーターン)
日にち	11日	12日	13日	14日	15日	16日
午前おやつ	・牛乳		・牛乳		・牛乳	
献立名	・ポークピカタ ・春雨サラダ ・玉ねぎとえのきのみそ汁	・鮭のレモン風味揚げ ・なめたけ和え ・豚バラと白菜のみそ汁	・肉みそ豆腐 ・コンニャクソテー ・大根と油揚げのみそ汁	・鶏の唐揚げ ・ゴマヨササラダ ・オニオンスープ	・カレー ・レタスサラダ	卒園式
午後おやつ	・スキムミルク ・せんべい(雪の宿)	・スキムミルク ・マヨパン◆	・スキムミルク ・せんべい(味しらべ)	・スキムミルク ・ホームパイ	・牛乳 ・せんべい(コーンポタージュ)	
日にち	18日	19日	20日	21日	22日	23日
午前おやつ	・牛乳				・牛乳	
献立名	・マーマレード焼き ・もやしのだし春雨サラダ ・マーボー豆腐風スープ	・松風焼き ・カラフル納豆 ・すき焼き風スープ	春分の日	・鶏肉のゴマみそ焼き ・ほうれん草ともよしのナムル ・わかたけ汁	・ハヤシライス ・ワカメサラダ	休園
午後おやつ	・スキムミルク ・せんべい(黒糖みるく)	・スキムミルク ・きな粉トースト◆		・スキムミルク ・おにぎりせんべい	・スキムミルク ・白い風船	
日にち	25日	26日	27日	28日	29日	30日
午前おやつ	・牛乳		・牛乳		・牛乳	
献立名	・唐揚げ甘辛煮 ・拌三絲 ・じゃが芋と白菜のみそ汁	・鮭の照り焼き ・白菜ときゅうりの浅漬け ・もやしのみそ汁	・豆腐ハンバーグ ・ひじきの炒め煮 ・のっぺい汁	・サバの唐揚げ ・五目納豆 ・ベーコンとほうれん草のかき玉汁	・カレー ・レタスサラダ	・野菜のかき揚げ ・ワンタンスープ ・果物
午後おやつ	・スキムミルク ・純米せんべい	・スキムミルク ・かあさんケット	・スキムミルク ・アンパンマンのソフトせん	・スキムミルク ・エリーゼ	・スキムミルク ・せんべい(ハッピーターン)	・スキムミルク ・せんべい(雪の宿)

◆手作りおやつ ※付け合わせで、みかん・バナナなどの果物がつきます。 ※献立は都合により変更することがあります。

今年度も終わりに近づいてきました。子どもの成長に驚かされる3月です。子ども一人一人が自分のペースで、色々な食材を食べられるように成長しました。食事中は、楽しい時間にしたいものですが、マナーもしっかり身につけて欲しいとおもいます。年齢が低いと難しい事もありますが、小さい頃から正しいマナーを教えたいものですね。

子どもは、一緒に食事をしている大人をよく見ている。正しい箸の持ち方や、食器の持ち方、姿勢などはもちろん、大人が美味しそうに食べていると、言葉で伝えるよりも「美味しいんだな」と感じるそうですよ！



ありがとうの日

3月9日は「サンキュー」のごろ合わせで、「ありがとうの日」です。1年を振り返ると、お世話になった人、ともだち、せんせい、おうちの人など、いろいろな人たちが思い浮かびます。ひまわり組さんは、保育所生活を振り返り、「ありがとう」の気持ちを大事にしなが、卒園を迎えられたらいいですね。



1年を振り返って

早寝・早起きしていますか？朝食は食べていますか？朝のうちに排便を済ませていますか？昼間は体を動かしていますか？朝を感じることで体内時計はリセットできます。朝ご飯を食べると脳も体も元気になり、胃腸が動き出して便意を催し、昼間の運動が心地よい夜の眠りへとつながります。規則正しい生活を送ることを心がけましょう。



3月の献立予定表と給食だより

つぼみ組 (0・1・2歳合同クラス)

吉田保育所

3月	月	火	水	木	金	土	
日にち						1日	2日
午前おやつ						・ヨーグルト	・ヨーグルト
主食						お誕生日会・ご飯	・ご飯
献立名						・ちらしご飯 ・豆腐のすまし汁 ・デザート	・チンジャオロース ・中華風スープ ・果物
午後おやつ						・牛乳 ・おにぎりせんべい	・牛乳 ・白い風船
日にち	4日	5日	6日	7日	8日	9日	
午前おやつ	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	
主食	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	お別れ楽しみ会・麺	・ご飯	
献立名	・揚げギョーザ ・切り干し大根の炒め煮 ・豚汁	・鮭のオープン焼き ・ゴマ和え納豆 ・じゃが芋となめこのみそ汁	・ミートローフ ・ブロッコリーとバナナのサラダ ・舞茸汁	・ポークジンジャー ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・豆腐とわかめのみそ汁	・スープパスタ ・グラタン ・フライドポテト	・スタミナ炒め ・たけのこのスープ ・果物	
午後おやつ	・牛乳 ・純米せんべい	・牛乳 ・ラスク◆	・牛乳 ・かあさんケット	・牛乳 ・アンパンマンのソフトせん	・牛乳 ・エリーゼ	・牛乳 ・せんべい (ハッピーターン)	
日にち	11日	12日	13日	14日	15日	16日	
午前おやつ	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト		
主食	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯		
献立名	・ポークピカタ ・春雨サラダ ・玉ねぎとえのきのみそ汁	・鮭のレモン風味揚げ ・なめたけ和え ・豚バラと白菜のみそ汁	・肉みそ豆腐 ・コンニャクソテー ・大根と油揚げのみそ汁	・鶏の唐揚げ ・ゴママヨサラダ ・オニオンスープ	・カレー ・レタスサラダ	卒園式	
午後おやつ	・牛乳 ・せんべい (雪の宿)	・牛乳 ・マヨパン◆	・牛乳 ・せんべい (味しらべ)	・牛乳 ・ホームパイ	・牛乳 ・せんべい (コーンポタージュ)		
日にち	18日	19日	20日	21日	22日	23日	
午前おやつ	・ヨーグルト	・ヨーグルト		・ヨーグルト	・ヨーグルト		
主食	・ご飯	・ご飯		・ご飯	・ご飯		
献立名	・マーマレード焼き ・もやしとさっぱりサラダ ・マーボー豆腐風スープ	・松風焼き ・カラフル納豆 ・すき焼き風スープ	春分の日	・鶏肉のゴマみそ焼き ・ほうれん草ともやしのナムル ・わかたけ汁	・ハヤシライス ・ワカメサラダ	休園	
午後おやつ	・牛乳 ・せんべい (黒糖みるく)	・牛乳 ・きな粉トースト◆		・牛乳 ・おにぎりせんべい	・牛乳 ・白い風船		
日にち	25日	26日	27日	28日	29日	30日	
午前おやつ	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	・ヨーグルト	
主食	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	
献立名	・唐揚げ甘辛煮 ・拌三絲 ・じゃが芋と白菜のみそ汁	・鮭の照り焼き ・白菜ときゅうりの浅漬け ・もやしのみそ汁	・豆腐ハンバーグ ・ひじきの炒め煮 ・のっぺい汁	・サバの唐揚げ ・五目納豆 ・ベーコンとほうれん草のかき玉汁	・カレー ・レタスサラダ	・野菜のかき揚げ ・ワンタンスープ ・果物	
午後おやつ	・牛乳 ・純米せんべい	・牛乳 ・かあさんケット	・牛乳 ・アンパンマンのソフトせん	・牛乳 ・エリーゼ	・牛乳 ・せんべい (ハッピーターン)	・牛乳 ・せんべい (雪の宿)	

◆手作りおやつ ※付け合わせで、みかん・バナナなどの果物がつきます。 ※献立は都合により変更することがあります。

今年度も終わりに近づいてきました。子どもの成長に驚かされる3月です。子ども一人一人が自分のペースで、色々な食材を食べられるように成長しました。食事中は、楽しい時間にしたいものですが、マナーもしっかり身につけて欲しいとおもいます。年齢が低いと難しい事もありますが、小さい頃から正しいマナーを教えたいものですね。

子どもは、一緒に食事をしている大人をよく見えています。正しい箸の持ち方や、食器の持ち方、姿勢などはもちろん、大人が美味しそうに食べていると、言葉で伝えるよりも「美味しいんだな」と感じるそうですよ！



ありがとうの日

3月9日は「サンキュー」のごろ合わせで、「ありがとうの日」です。1年を振り返ると、お世話になった人、ともだち、せんせい、おうちの人など、いろいろな人たちが思い浮かびます。ひまわり組さんは、保育所生活を振り返り、「ありがとう」の気持ちを大事にしなが、卒園を迎えられたらいいですね。



1年を振り返って

早寝・早起きしていますか？朝食は食べていますか？朝のうちに排便を済ませていますか？昼間は体を動かしていますか？朝を感じることで体内時計はリセットできます。朝ご飯を食べると脳も体も元気になり、胃腸が動き出して便意を催し、昼間の運動が心地よい夜の眠りへとつながります。規則正しい生活を送ることを心がけましょう。

