

新しいメニュー
は赤字に
しています

3月 給食献立表

2025年度
いぬかいこども園

日	曜日	昼食	3時のおやつ	
2	月	ごはん 肉じゃが 小松菜と竹輪の胡麻和え みそ汁 みかん	焼きそば・ミルク	
3	火	ひなまつり(ケーキ寿司 魚のカレー竜田揚げ ほうれん草とひじきのサラダ ポテト そうめん汁 いちごゼリー&いちご)		
4	水	ごはん 親子煮 かりかりいりこ 豚肉と大根のスープ バナナ	きなこ団子・ミルク	
5	木	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 野菜炒め みそ汁 ヨーグルト	ドーナツ・ミルク	
6	金	ごはん 豆腐ナゲット マセドアンサラダ すまし汁 オレンジ	チーズラスク・ココアミルク	
7	土	ごはん スタミナニラ豚 南瓜の甘煮 みそ汁 フルーツorゼリー	お菓子・牛乳	
9	月	ハヤシライス マカロニサラダ ポイルウインナー ブルーベリーヨーグルト	手作りふりかけのおにぎり・麦茶	
10	火	ごはん 魚の味噌煮 3色納豆 すまし汁 カボスゼリー	お好みマカロニ・ミルク	
11	水	ごはん 手羽の甘酢煮 ポイルブロッコリー ひじきの炒め煮 みそ汁 りんご	玄米フレークスナック・ミルク	
12	木	手作り黒糖パン チリコンカン もやしのナムル コーンスープ フルーチェ	お菓子・ミルク	
13	金	ごはん ほうれん草とベーコンのキッシュ 5色きんぴら 春雨スープ バナナ	豆腐白玉団子・牛乳	
14	土	ごはん(少) カレーうどん にらとちくわの炒め煮 ブロッコリーのおかか和え フルーツorゼリー	お菓子・牛乳	
16	月	ごはん うま煮 焼きししやも みそ汁 オレンジ	フルーツヨーグルト・お菓子・麦茶	
17	火	ビビンバ丼 チョレギサラダ 豆乳スープ バナナ	お菓子・ジュース	
18	水	お別れ会食会(カレーライス からあげ とんかつ ポイルウインナー とうもろこし ポイルブロッコリー ひじきのサラダ ヨーグルト)		
19	木	ごはん 魚のネギ味噌チーズ焼き 千切り大根の煮付け そうめん汁 りんご	クッキー・ミルク	
20	金	春分の日		
21	土	卒園式		
23	月	ごはん ハンバーグ グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ	カボスゼリー・お菓子・麦茶	
24	火	ごはん 魚の塩麹焼き もやし中華和え すまし汁 バナナ	卵なし豆腐のホットケーキ・牛乳	
25	水	手作りミルクパン スパゲッティミートソース ごまネーズサラダ コンソメスープ いちごヨーグルト	ツナ入りカレーピラフ・麦茶	
26	木	ごはん 納豆入り寄せ揚げ バンサンスー 味噌汁 りんご	お菓子・牛乳	
27	金	ごはん 干草焼き 白菜の海苔和え カミカミつくだ煮 すまし汁 オレンジ	ジャムサンド・牛乳	
28	土	ごはん 焼きビーフン 3色なます みそ汁 フルーツorゼリー	お菓子・牛乳	
30	月	ごはん さば一ぐ 刻み昆布の煮付け 中華スープ バナナ	キャロットカップケーキ・牛乳	
31	火	ごはん 高野豆腐の卵とじ ほうれん草と切干大根のツナポン和え みそ汁 ゼリー	マカロニあべかわ・牛乳	

リクエスト給食
3月は、さくら組さんのリクエスト(の印をつけています)を中心とした献立になっています。子ども達の思い出に残っているメニューを、心を込めて作ります。お楽しみに!!

※献立は変更になる場合があります。※1号認定の方は、おやつはありません。

虫歯はなぜ悪い?
乳歯はいずれ抜ける歯なので虫歯になっても大丈夫。と思ったことはありませんか?最近研修で学んだことですが、乳歯の根の下には次に生える永久歯の芽(歯胚)が位置しているそうです。虫歯が進行して乳歯の根の先端に炎症が起こるとその炎症が歯胚にまで波及し、永久歯の形成に悪影響を与える可能性があります。また、虫歯はなぜ悪いかというと①片方で噛むようになり、筋肉の発達が片方になって輪郭がおかしくなる②姿勢がおかしくなる③よく噛まないで脳の発達に影響する④丸のみすると噛まないで脳の発達が遅れる、などがあるそうです。乳歯はいずれ抜ける歯ですが虫歯になったらそのままにせず、歯医者さんに相談するのが良いようです。
※保健衛生・安全対策研修より

- 1年間の食育活動報告(3月は予定です)**
- 4月: さくら組たけのこ掘り、たけのこの皮むき→給食・おやつで提供
 - 5月: 野菜の苗植え・さくら組じゃがもちり作り・すみれ組『そらまめくん』の絵本を読んだ後にそら豆の観察→そら豆のお菓子作り・たんぼぼおにぎり作り
 - 6月: 芋の苗植え・さくら組包丁の練習・すみれ組パフェ作り
 - 7月: さくら組包丁の練習・夏野菜の収穫・サマーナイトで夕食作り
すみれ組2色ゼリー作り
 - 8月: 夏野菜の収穫(給食で提供)すみれ組収穫したピーマンでおにぎり作り
たんぼぼ組ピザ作り
 - 9月: さくら組防災クッキング・たんぼぼ組ヨーグルトパフェ作り
 - 10月: たんぼぼ組かぼちゃパイ作り・すみれ組クレープ作り
 - 11月: 芋ほり・さくら・すみれ・たんぼぼ組さつまいもを使用したお菓子作り
つぼみ・つくし組合同クッキー作り・さくら収穫したお米で塩おにぎり作り
団子汁・焼き芋大会(さくら・すみれ組団子伸ばし体験)
 - 12月: さくら組ピザ作り・たんぼぼ組サブライスクッキー作り
 - 1月: さくら・すみれ組七草粥説明・さくら・すみれ組もちつき・すみれ組ゼリー作り
 - 2月: 以上児恵方巻作り・さくら組おからマフィンとクッキー作り
つくし組おにぎり作り
 - 3月: さくら組顔クッキー作り・たんぼぼホットケーキ作り

一年間、食育活動へのご協力、ありがとうございました。調理員一同、来年度も安心・安全な給食提供に努めたいと思います。