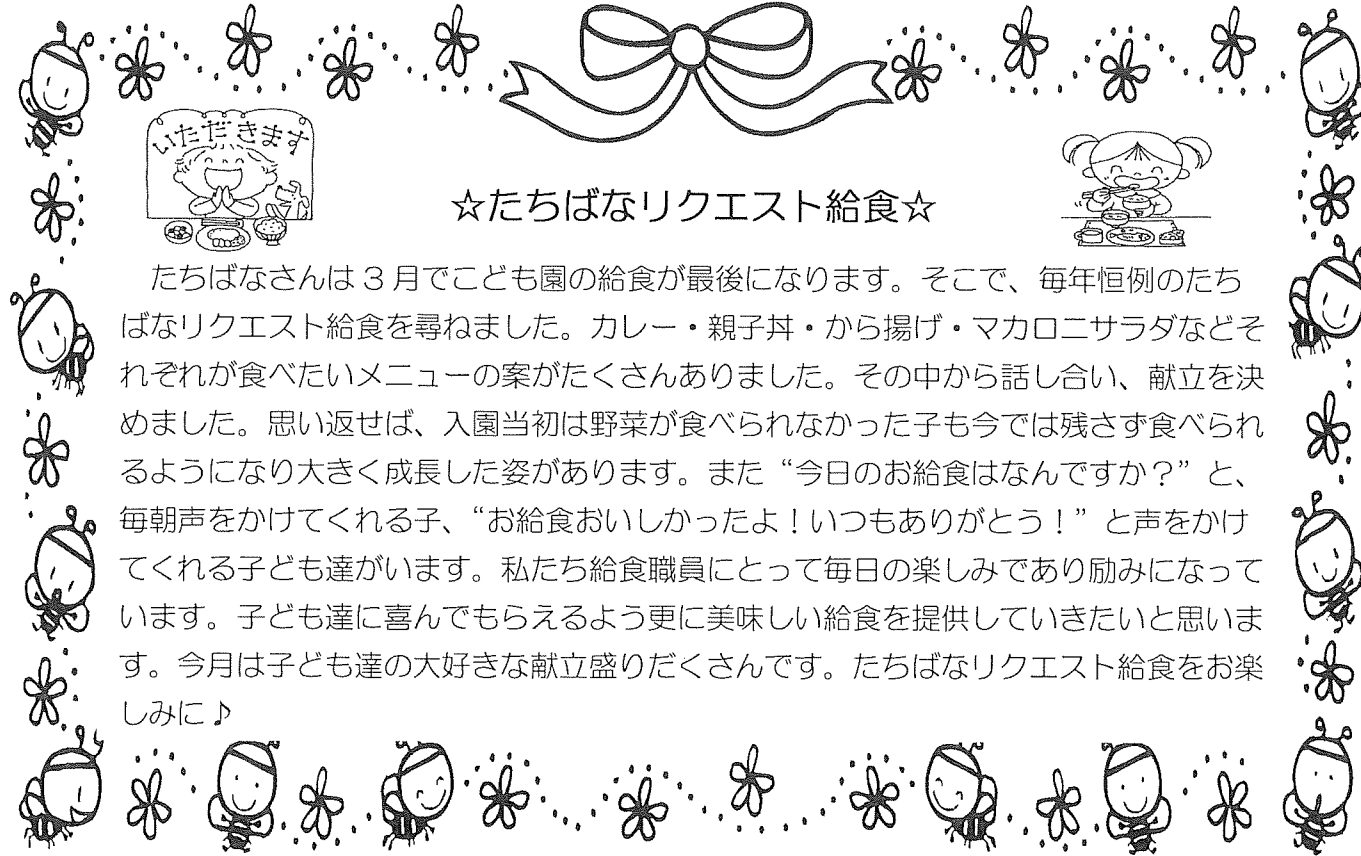




もいのキッチンだよ

2025. 3

寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しを感じる中、今年度も残りわずかとなりました。園生活でたくさん思い出を作り、子ども達の心も体も大きく成長したこととおもいます。「給食楽しみ〜」「〇〇美味しかった！」などの言葉がとても励みになりました。子ども達が今後も元気いっぱい過ごすことができるように、しっかり栄養バランスを考えた給食作りを取り組んでいきたいと思ひます。



☆たちはなリクエスト給食☆

たちはなさんは3月でこども園の給食が最後になります。そこで、毎年恒例のたちはなリクエスト給食を尋ねました。カレー・親子丼・から揚げ・マカロニサラダなどそれぞれが食べたいメニューの案がたくさんありました。その中から話し合い、献立を決めました。思い返せば、入園当初は野菜が食べられなかった子ども今では残さず食べられるようになり大きく成長した姿があります。また“今日のお給食はなんですか？”と、毎朝声をかけてくれる子、“お給食おいしかったよ！いつもありがとう！”と声をかけてくれる子ども達がいます。私たち給食職員にとって毎日の楽しみであり励みになっています。子ども達に喜んでもらえるよう更に美味しい給食を提供していきたいと思ひます。今月は子ども達の大好きな献立盛りだくさんです。たちはなリクエスト給食をお楽しみに♪

～ひな祭りにまつわる食べ物～

❁ひなあられ

米を蒸して乾燥させたものを炒ってふくらませた食べ物です。ひなあられには自然のエネルギーによって女の子の健康を祈願するという意味がこめられています。なぜ4食で作られているのかわかりますか？赤・緑・白は自然を表し、黄色が加わると四季を表し1年を通して健康を祈願するということだそうです。カラフルなお菓子ですが、どんな意味があるのか子ども達に伝えてあげましょう。

今年のひなまつり献立は、【黄飯・から揚げ・田舎煮・彩りお浸し・花麩のすまし汁】。おやつでは【いちごケーキ】でお祝ひしたいと思います。

～1年間の食事を振り返りましょう～

今年度はどれだけの食材を味わえたでしょうか？春はたけのこやわらび、夏はピーマン・ナス・きゅうり、秋はさつまいも・新米、冬は大根・白菜・かき菜などその時期にそれぞれの食材が持つ美味しさを味わえることができました。子ども達に、美味しいものを食べる力だけではなく、五感をしっかり使った食べ方を学んでほしいとおもいます。

今年度も1年を通して【残食0】残さず食べることができました。また、お弁当箱給食にご協力ありがとうございました。

献立表

2025/03月分

東伊豆認定こども園

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
03	月	麦茶,カルビ、さつぼろポテト	くちなしごはん,鶏肉のから揚げ,田舎煮,彩りお浸し,花麩のすまし汁	ミルク,ケーキ
04	火	麦茶,アスパラガス	御飯,松風焼き・豆腐いり,かぼちゃのサラダ,二色なます	ミルク,コンプレーク
05	水	麦茶,たべっこどうぶつ	ミートソーススパゲッティ,きゅうりの胡麻マヨネーズ和え,もやしのナムル	ミルク,お焼き
06	木	麦茶,ビスケット	御飯,ホキの磯辺揚げ,ポテトサラダ,ブロッコリーのおかか和え	ミルク,バターラスク
07	金	麦茶,とんがりコーン	三色どんぶり,大根煮,キャベツのツナマヨネーズ和え	ミルク,きなこ入りホットケーキ
10	月	麦茶,カルビ、さつぼろポテト	カレーライス,ひじきとちくわの煮物,三色サラダ	ミルク,いちごケーキ
11	火	麦茶,アスパラガス	御飯,鶏かつ,厚焼き玉子,もやしとニラの和え物	ミルク,おからドーナツ
12	水	麦茶,たべっこどうぶつ	中華どんぶり,じゃがベーコン,キャベツの甘酢炒め	ミルク,コンプレーク
13	木	麦茶,ビスケット	肉味噌うどん,かき菜の煮浸し,豆腐のサラダ	ミルク,シュガーパン
14	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,さばの竜田揚げ,こまつなと胸肉のごま和え,だいこんサラダ,みかん	ミルク,甘食
17	月	麦茶,カルビ、さつぼろポテト	うめ御飯,鶏のレモン揚げ,切干大根のサラダ	ミルク,かぼちゃのケーキ
18	火	麦茶,アスパラガス	リクエスト給食	
19	水	麦茶,たべっこどうぶつ	おにぎり弁当	おせんべい
21	金	麦茶,とんがりコーン	ソース鯉井,もやしのナムル,ジャーマンポテト	ミルク,スコーン
24	月	麦茶,カルビ、さつぼろポテト	御飯,キッズナゲット,ブロッコリーの和風マヨネーズ,春雨サラダ	ミルク,クッキー
25	火	麦茶,アスパラガス	御飯,さばの煮付け,厚焼き玉子,切干大根のサラダ	ミルク,ちぎりぱん
26	水	麦茶,たべっこどうぶつ	しょうゆスパゲッティ,梅ドレッシングサラダ,南瓜のグラッセ	ミルク,お焼き
27	木	麦茶,ビスケット	御飯,鶏肉のマーマレード焼き,きぬさやと椎茸のバター炒め,切干大根のサラダ	ミルク,蒸しケーキ
28	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,マーボーとうふ,マカロニサラダ,ほうれん草おひたし	ミルク,レモンケーキ
31	月	麦茶,とんがりコーン	御飯,酢豚,厚焼き卵,パンサンズ	ミルク,ホットケーキ

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	500	20.6	14.5	224	1.9	152	0.27	0.41	23	4	1.8
目標量	576	23	16	261	2.5	212	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	87	90	91	86	76	72	87	114	105	111	113
3才未満児	437	17.7	12.9	217	1.5	117	0.22	0.37	17	3.3	1.4
目標量	464	18.5	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	94	96	100	101	65	62	88	132	85	100	93