

給食だより 3月

2019.3.1
幌北ゆりかご保育園

あっという間に3月になりました。少しづつ暖かくなり、雪もだんだんと融けてきましたね。それでもインフルエンザなど感染症はまだまだ油断できません...! しっかり予防しましょう! さて、子どもたちは今、お別れ会の様に向けて毎日一生けん命に取り組んでいます。どんなかわいらしい姿をおせてくれるのか、とても楽しみですね!!



3月の予定

1日(金)

お別れ会



17日(日)

ゆりかご保育園
卒園式

20日(水)

3月のお誕生会



23日(土)

休校日です!!

ご協力をお願いします!



はと組さんのクラヒに参加させて頂きました! 貴重なお話をたくさん聞けて、とても勉強になりました、ありがとうございました。

	三食	副食	干後のおやつ
1 金	ちらし寿司	清汁(豆腐・わかめ) ブロッコリー ロースチキン ポテトサラダ いちご	レーズンパン サブレ こんぶ
2 土	チャン蒲 うどん	芋の煮ころがし 甘酢きゅうり	おかし 果物
4 月	ごはん	おぼろ汁(キャベツ・玉ネギ) 白菜おひたし 焼き魚(サンマ) 切干大根炒め煮	カップケーキ きなこせんべい フルーン
5 火	パン	クリームシチュー チリコンカン 小松菜ソテー	中華風かわりちまき チーズスティック こんぶ
6 水	納豆ごはん	清汁(白菜・人参) ひ肉と豆腐のおぼろ炒め 菜の花ごまあえ	サンドイッチ 玄米おかき すもめ
7 木	肉味噌スパゲティ	お茶 コロコロサラダ	わかめおにぎり ベジせん 煮干し
8 金	ゆかりごはん	おぼろ汁(大根・玉ネギ) モヤしの酢のもの ホッケ照り焼き ごぼうエビ煮	もちもちごまパン はとむぎかりんとう リンゴ
9 土	五目うどん	白菜と油あげの煮物 ブロッコリー	おかし 果物
11 月	ごはん	おぼろ汁(キャベツ・白菜) 豚肉の香味焼き (まゆみ草とエビの磯あえ)	はちみつケーキ ベジかりん 煮干し
12 火	パン	ポルチ 魚のチーズ焼き カリフラワー	トマトピラフ うの花あげ こんぶ
13 水	ごはん	おぼろ汁(大根・キャベツ) 炒め納豆 レンコン炒め煮	おぼろパン きかん棒 フルーン
14 木	リトカレー	お茶 モヤしのナムル	フルーツパンケーキ のりせんべい すもめ
15 金	わかめごはん	おぼろ汁(キャベツ・玉ネギ) ニ色おひたし サバの生巻焼き ひしき炒め煮	ピザ風マカロニ こめ棒 いよかん
16 土	あんかけうどん	大根と厚あぎの煮物 甘酢レンコン	おかし 果物
17 日	ゆりかご保育園 そつえん式		
18 月	ごはん	おぼろ汁(キャベツ・玉ネギ) 魚の立田揚げ ブロッコリーサラダ	ドーナツ きなこせんべい こんぶ
19 火	ミートソース スパゲティ	お茶 干草煮	玄米おかき すもめ
20 水	人参ごはん	清汁(豆腐・水菜) 菜の花ごまあえ とろろねだんご マカロニサラダ いちご	セリ ワッフル こんぶ
22 金	ごまごはん	おぼろ汁(大根・玉ネギ) 小松菜のりあえ ホッケねぎおぼろ焼き 人参とジャコの炒め煮	きなこのスコーン 芋けんぴ フルーン
23 土	沢煮うどん	高野豆腐とワカメの煮物 甘酢きゅうり	おかし 果物
25 月	ごはん	清汁(豆腐・わかめ) 白菜コンあえ キャベツ味噌煮 大根キンピラ	プチマドレーヌ チーズスティック 煮干し
26 火	とろろごはん	おぼろ汁(大根・厚あぎ) ツチジャガ ボイル里野菜	五平もち はとむぎかりんとう こんぶ
27 水	ごはん	おぼろ汁(白菜・しめじ) 豆腐の五目焼き 大根と梅干しの炒め煮	焼き芋 二色せんべい リンゴ
28 木	納豆スパゲティ	お茶 ジャーマンポテト	コンピラフ ベジせん すもめ
29 金	ごはん	おぼろ汁(キャベツ・玉ネギ) きゅうりの酢のもの 魚の照り焼き 煮豆	パンのトマトソース うの花あげ フルーン
30 土	きつねうどん	五目豆 甘酢大根	おかし 果物

そつえんするぞう組さんへ

先日、ぞう組さんに「3月に食べる給食はどれも最後になるんだよ!」という

お話をしてきました。そして、もう一度食べたいくニューを1人1人リクエスト

してもらい、3月の献立にとり入れました。今年「リトカレー」が1番

リクエストが多かったです! 昨年に引き続き、カレーはやっぱり大人気

のようです! 他にミートソーススパゲティやポルチ、モヤしのナムル、煮豆

などが挙がりました。

保育園でお友だちや先生と楽しく食べた給食の思い出を大切に、

小学校でも好き嫌いをなくさん食べて、元気に大きくなってね!

食べやすく一口サイズに切ってあげる...は余計なお世話?!

先日、はと組懇談会で開かれた、歯科医師の江端先生の講話に

参加させて頂きました。歯や舌、歯の機能や構造、そして離乳食の

正しい食べさせ方、きちんと食べられるようになるにはどうしたらよいか

などのお話を下さいました。どのお話も大変興味深く、なか

で特に印象に残っているのは、物をしっかりと噛むことはあごの

発達やきれいな歯並び、唾液の分泌に因子消化作用の促進など

につながり、大ききものを自分の力で噛みちぎり、飲みこめる

までしっかり咀嚼すること大切だということです。なので、食べやすい

ように一口サイズに切ってあげる、そのほ噛むことにつながる

給食の食球の切り方を見直してあげることも大切だ。