

# 給食だより 3月

あっとゆうまに3月ですわ。寒くなったし、暖かくなったし、

気温の差が大きいと体調を崩してしまいがちです。

2022. 3. 1.

栄養のあるごはんをたくさん食べてたっぷり睡眠をとって乗り切りましょう！ 梶北ゆりかぞ保育園

	主食	副食	午後のおやつ
1 火	パン	コンボウ-ジュ とじ肉と豆の炒め物 小松菜ソテー	ゆかりおにぎり のりせんべい 果物
2 水	とろろほうごごはん	お茶汁(わかず・わかず) 火炙り豆腐 スラックまゆり	とろろおにぎり おからちゅうご 煮大豆
3 木	肉味噌 スラック	フカヒレ-おからあん お茶(おはじ の汁)	火炙りま おはじあんこ しょう
4 金	雑豆ごはん	お茶汁(白豆・玉ねぎ) 火炙り魚(サバ) 大根揚げめし トマト	黒ごまスーン 星のせんべい 果物
5 土	五目うどん	ツナじゃが 甘酢大根	おかし 果物
7 月	ごはん	お茶汁(大根・厚揚げ) 豚肉の生姜焼き レンコン炒め	フルーツ和洋 うの花あげ ずめ
8 火	パン	ボルシチ 鮭のマヨネーズ焼き カリフラワー-カルシウム	五平もち 芋けんぴ 果物
9 水	人参ごはん	白煮スー 豆腐ハンバーグ 葉の花ごまあん 果物	セリー アズキスラック 煮大豆
10 木	王のカレー	牛草煮 お茶(おはじ の汁)	しょうろーり せんべい しょう
11 金	ごはん	お茶汁(キャベツ・しめじ) ホックわさお茶焼き じゃがいも揚げめし	トーナッ 芋けんぴ 果物
12 土	沢煮うどん	五目豆 甘酢まゆり	おかし 果物
14 月	ワカメごはん	お茶汁(豆腐・玉ねぎ) 鮭の照り焼き じゃがいも揚げめし	レーズンパンケーキ おかし ずめ
15 火	パン	ミネストローネ 牛乳とトマトソース カリフラワー-マヨネーズ	アズキ コンパウンド 果物
16 水	ちらし寿司	清汁(わかめ・人参・大根) ゆかりあげ しょうが焼き フカヒレ	芋けんぴ かき揚げ しょう
17 木	雑豆スパゲッティ	もやしのサクタ お茶(おはじ の汁)	しょうのおはじ焼き 果物
18 金	ごまごはん	お茶汁(キャベツ・油あげ) サバ味噌煮 大根と新玉ねぎの揚げめし	牛すた 芋けんぴ 煮大豆
19 土	4人前うどん	芋の煮っころかし 甘酢レモン	おかし 果物
20 日		ゆりかぞ保育園 ぞえん式	
22 火	ごはん	お茶汁(かつお・玉ねぎ) 火炙り魚(ホッケ) じゃがいも揚げめし	お茶汁 芋けんぴ ずめ
23 水	ごはん	お茶汁(大根・白豆) マーボー豆腐 レンコン揚げめし	芋けんぴ 芋けんぴ 果物
24 木	スパゲッティ ソース	ブロッコリーサクタ お茶(おはじ の汁)	カレーうどん うの花あげ しょう
25 金	ゆかりごはん	お茶汁(キャベツ・豆腐) 鮭の生姜焼き 人参炒め 煮大豆	トナッ 星のせんべい 果物
26 土	まろやうどん	じゃが芋とほうろ煮 甘酢大根	おかし 果物
28 月	ごはん	お茶汁(大根・油あげ) お茶焼き(風煮) ほうろ煮とごまあん	じゃが芋焼きうどん おからちゅうご 果物
29 火	パン	クリームチーズ ポークチャック カリフラワー	わかめおにぎり 芋けんぴ 煮大豆
30 水	ごはん	お茶汁(わかず・人参) とじ肉と豆腐のお茶揚げめし じゃがいもの中華炒め	アズキスラック 芋けんぴ ずめ
31 木	ツナカレー	キャベツとじゃこの揚げめし お茶(おはじ の汁)	トーナッ 芋けんぴ しょう



3月の予定

9日(水)

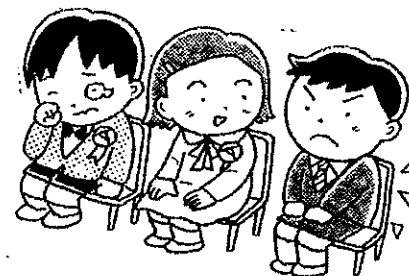
3月の  
お誕生会

(6日(水)

お別れ会

20日(日)

ゆりかぞ  
ぞえん式



26日(土)と31日(木)  
はお休みの日です!  
ご協力お願いします。

## ぞえんすきょうごおさんへ

毎年3月にはどう組さん1人ずつに「もう一度食べたい給食」を園にて南女に入れてあります。  
今年が一番人気は「ボルシチ田でした!! たくさんの野菜をじっくり煮込んだ「美味しい」メニューです。  
他にも、ミネストローネや甘酢大根が人気でした。小学校へ行くのもたたくし食べて元気に  
大きくなって下さいね!

