

3月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H25・3月

芋もち作り

	月	火	水	木	金	土
昼食					1 ごはん なめこ汁 五目豆 切干大根の酢の物	2 ごはん 具たくさん汁 鶏のくわ焼き エリンギの炒め物
午前のおやつ (もも、つくし組)					ころころおむすび	黒豆煮
午後のおやつ					里芋田楽	青菜おむすび
昼食	4 わかめごはん きゃべつの味噌汁 ぶりの照り焼き 白和え	5 ちらし寿司 はんぺんのすまし汁 手羽肉と大豆の煮物 ブロッコリーサラダ	6 ごはん かき玉汁 真砂揚げ 金平ごぼう	7 ごはん けんちん汁 厚焼き卵 もやしの胡麻和え	8 ごはん 味噌ちゃんこ汁 魚の塩焼き 卵の花	9 納豆そぼろ丼 白菜の味噌汁 ひじきサラダ
午前のおやつ (もも、つくし組)	焼きじゃが	せんべい	くだもの	南瓜の煮物	にらチヂミ	ころころおむすび
午後のおやつ	野菜粥	さくらもち	大根おむすび	茶むすび	わかめうどん	のりおむすび
昼食	11 ごはん 大根の味噌汁 魚の西京焼き 納豆和え	12 チキンカレー かみかみサラダ 季節のくだもの	13 お弁当の日	14 ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 ちくわの磯辺揚げ 大根の酢の物	15 大豆ごはん そうめん汁 レバニラ炒め 海藻サラダ	16 ごはん 麩の味噌汁 炒り豆腐 ひじきの酢の物
午前のおやつ (もも、つくし組)	南瓜の煮物	ころころおむすび	せんべい	ふかしいも	せんべい	黒豆煮
午後のおやつ	ゆかりおむすび	お好み焼き風おやき	うどんきな粉	わかめおむすび	焼きじゃが	大学芋
昼食	18 わかめごはん きゃべつの味噌汁 ぶりの照り焼き 白和え	19 ごはん はんぺんのすまし汁 手羽肉と大豆の煮物 ブロッコリーサラダ	20 *春分の日*	21 ごはん なめこ汁 高野豆腐の揚げ煮 かみかみサラダ	22 ごはん 味噌ちゃんこ汁 魚の塩焼き 卵の花	23 納豆そぼろ丼 白菜の味噌汁 ひじきサラダ
午前のおやつ (もも、つくし組)	焼きじゃが	くだもの		せんべい	コーンチヂミ	ころころおむすび
午後のおやつ	野菜粥	いちご大福		茶むすび	卵うどん	のりおむすび
昼食	25 ごはん けんちん汁 厚焼き卵 もやしの胡麻和え	26 ごはん 大根の味噌汁 魚の西京焼き 納豆和え	27 ごはん かき玉汁 豆腐つくね 金平ごぼう	28 ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 ちくわの磯辺揚げ 大根の酢の物	29 大豆ごはん そうめん汁 レバニラ炒め 海藻サラダ	30 ごはん 麩の味噌汁 いり豆腐 ひじきの酢の物
午前のおやつ (もも、つくし組)	南瓜の煮物	ころころおむすび	せんべい	くだもの	焼き芋	ころころおむすび
午後のおやつ	ゆかりおむすび	お好み焼き風おやき	うどんきな粉	わかめおむすび	焼きじゃが	大学芋



紫芋の皮をむいてつぶし、お餅と混ぜます。



お餅を1個ずつ切り離し、平らにして餡を入れて、包みます。



餡を隠すようにお餅をギュギュっとつまみます。



上手に包めたよ!

なかなか難しいなあ。。。



ごはんは5分づき米です。保育所に精米機があるので使う都度精米しています。

☆「かみかみ献立」 ★「お誕生会メニュー」

*都合により献立が変わる場合があります。

冬(12月~3月)の旬の食材

大根・かぶ・ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・白菜・小松菜・水菜・ほうれんそう・せり・にら・ぶり・あまだい・あんこう・かに・たこ・たら・かいかい・みかん・いよかん・りんご

今月の献立中

人参、大根、白菜、しいたけ、黒豆、

は、真砂の野菜です!

月曜日と木曜日にもってきてもらいます。子どもたちもおいしくいただいていますよ!去年より野菜の量や、種類が増えて、とても嬉しいです!子どもたちもたくさん食べてくれるので、調理員一同作る喜びが増えてます♥