

# 平成29年 3月分 給食献立表

桂堂学園

月	火	水	木	金	土
<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>※食物アレルギー表示について</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・卵→[卵]</li> <li>・鯖→[鯖]</li> <li>・かに→[か]</li> <li>・ごま→[ご]</li> <li>・ナッツ類→[ナ]</li> <li>・えび→[え]</li> <li>・そば→[そ]</li> </ul> </div>		<b>1日</b> アジフライ 小松菜の みそマヨ和え とじ汁 りんご	<b>2日</b> しょうゆラーメン フロッコリーと ちいめんじゃこの サラダ[卵] バナナ	<b>3日ひなまつり誕生会</b> 花ちらし寿司[卵] 鶏のから揚げ コールスロー すまし汁 さくら餅 いちご	<b>4日</b> ウインナーと野菜の ソテー マカロニサラダ[卵] 豆腐とわかめの みそ汁 ヨーグルト
		<b>6日</b> チキンのカラフル ケチャップソテー さっぱりポテトサラダ なめこのみそ汁 オレンジ	<b>7日</b> カレーライス 福神漬け 和風サラダ キャベツとわかめの スープ りんご	<b>8日</b> 赤魚の塩焼き たまな一チャンプル [卵] けんちん汁 バナナ	<b>9日</b> わかめうどん かぼちゃの甘煮 たたきキュウリと ささみのサラダ オレンジ
<b>13日</b> 豚肉とエリンギの 甘みそ炒め キャベツとオクラの 和え物 もずくのみそ汁 りんご	<b>14日</b> 豚丼 水菜とかまぼこの サラダ 具沢山のだし活 スープ バナナ	<b>15日 お別れ会</b> ミッキーのチキンライス エビフライ[え] ピザ☆ポテトフライ サラダ 春雨とオクラのスープ ケーキ☆いちご ジュース	<b>16日</b> あんかけ焼きそば 人参と豆腐の サラダ ニラ玉スープ[卵] オレンジ	<b>17日</b> ハンバーグ 海藻サラダ 菜の花のみそ汁 りんご	<b>18日</b> ネバネバ丼 炒り豆腐 玉ねぎと油揚げの みそ汁 ゼリー
<b>20日春分の日</b> 	<b>21日</b> 和風マーボー丼 ほうれん草とツナの 和え物 キャベツのゴマ みそ汁 バナナ	<b>22日</b> さんまの梅煮 ひじきの五目煮 豚汁 オレンジ	<b>23日</b> ミートソース フロッコリーと ちいめんじゃこの サラダ[卵] 野菜スープ りんご	<b>24日</b> 鶏のから揚げ ミモザサラダ[卵] 大根と人参のみそ汁 ヨーグルト	<b>25日 卒園式</b> 
<b>27日</b> チキンのカラフル ケチャップソテー さっぱりポテトサラダ なめこのみそ汁 オレンジ	<b>28日</b> ゴマだれ肉団子 小松菜とベーコンの サラダ もやしとニラの みそ汁 バナナ	<b>29日</b> 鯖の甘塩焼き[鯖] sake 炒め物 すいとん りんご	<b>30日</b> カレーうどん シーザーサラダ オレンジ	<b>31日</b> 豚肉とエリンギの 甘みそ炒め キャベツとオクラの 和え物 もずくのみそ汁 ゼリー	<b>毎日提供</b> 午前…牛乳 昼…主食 麦茶

## 【給食だより】

## 「食育」子どもの食事作りへの参加

子どもは遊びと生活の中で、意欲を持って食に関わる体験を重ね、食べることを楽しむことができる人に成長していきます。子どもたち自身が料理に関わり五感をフルに活用する事は、食への関心を高め、食を営む力の育成に繋がります。

桂堂学園の子ども達は、食事を済ませると自分の食器を運んできちんと片づけてくれます。ご家庭でも無理のない範囲でお手伝いをさせて、子どもと一緒に食を楽しむ工夫をしてみてくださいはいかがでしょうか。

野菜は水を入れたボールの中で洗いましょう

水はねしないところがポイントです。



卵は、ボールにザルを置いた中で割りましょう

失敗しても殻を取り除くことができます。しっかりと揉みこむことでおいしさアップ!



ちょっとした工夫で!

ビニール袋を使って調理しましょう

