

令和6年度3月

げんきそう

ほくぶ幼稚園



日	曜	献立名	ざいりょう		
			あか	みどり	き
3	月	ごはん  牛乳	牛乳		ごはん
		実だくさん汁  豚肉	豚肉	にんじん 大根 ごぼう ねぎ しめじ こんにゃく	里芋 でんぷん
		花型野菜はんぺんのたれかけ	揚げはんぺん	にんじん キャベツ とうもろこし	砂糖 でんぷん
		ちらし寿司の具	まぐろ ちくわ	にんじん れんこん 切り干し大根 しいたけ	砂糖
		一口いちごゼリー		いちご りんご	砂糖
4	火	麦ごはん 牛乳	牛乳		麦ごはん
		マーボ豆腐	豚肉 豆腐 みそ	にんじん 玉ねぎ ねぎ にんにく しょうが	砂糖 でんぷん ごま油
		てりとり	鶏肉		砂糖 でんぷん 菜種油
		海藻の中華和え	わかめ こんにゃく ぶのり とさかのり	キャベツ とうもろこし きゅうり 枝豆	砂糖 ごま ごま油
5	水	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん
		豚肉と大根の煮物	豚肉 揚げはんぺん こんにゃく	にんじん さやいんげん 大根 こんにゃく	砂糖
		いわしの梅しょうゆ煮	いわし	赤しそ 梅肉	砂糖 でんぷん
		しらぬい		しらぬい	
6	木	サンドイッチバンズパン 牛乳	牛乳		パン
		クリームスープ	鶏肉 牛乳	にんじん パセリ 玉ねぎ 白菜	じゃがいも 白いんげん豆 小麦粉 バター 菜種油
		照り焼きハンバーグ	牛肉 豚肉 鶏肉	玉ねぎ	パン粉 砂糖 でんぷん 小麦粉
		キャベツソテー		赤ピーマン キャベツ エリンギ	菜種油
10	月	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん
		関東煮	鶏肉 揚げはんぺん うすら卵 生揚げ	にんじん 大根 こんにゃく	里芋 砂糖
		卵の花の炒り煮	豚肉 おから ちくわ	にんじん 枝豆	砂糖 菜種油
		黄桃		黄桃	砂糖
11	火	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん
		湯葉のすまし汁	湯葉 豆腐 かまぼこ	玉ねぎ 小松菜 えのきたけ	
		さばの銀紙焼き	さば みそ		砂糖 米粉
		豆まめサラダ	ハム 大豆	枝豆 キャベツ きゅうり	ごまドレッシング
12	水	ごはん 牛乳	牛乳		ごはん
		豚汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	にんじん 大根 ごぼう ねぎ えのきたけ こんにゃく	里芋
		鶏肉のしょうが焼き	鶏肉	しょうが	砂糖
		ツナサラダ	まぐろ	キャベツ とうもろこし きゅうり	ドレッシング
13	木	クロスロールパン 牛乳	牛乳		パン
		チキンビーンズ	鶏肉 大豆	にんじん 枝豆 玉ねぎ トマト エリンギ	じゃがいも 砂糖 菜種油
		キャベツ入りメンチカツ	豚肉 牛肉 大豆	キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉 でんぷん 菜種油
		フルーツのヨーグルト和え	ヨーグルト	みかん 黄桃 バイン	砂糖

17日(月)から裏面になります。

日	曜	献立名	ざいりょう		
			あか	みどり	き
17	月	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん
		沢煮椀	豚肉	にんじん 大根 ごぼう もやし ねぎ	
		ほっけの竜田揚げ	ほっけ		でんぷん 菜種油
		ひじきと大豆の炒め煮	ひじき 大豆 ちくわ	にんじん 枝豆	砂糖 ごま油
		★ももタルト	豆乳	もも	砂糖 米粉 植物油
18	火	麦ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		麦ごはん
		カレーライス	豚肉	にんじん 玉ねぎ りんご にんにく しょうが	じゃがいも 小麦粉 菜種油 砂糖
		ウインナーのトマトソースかけ	ウインナー	トマト	砂糖
		大根サラダ	まぐろ	大根 きゅうり	
19	水	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん
		野菜スープ	ウインナー	にんじん 小松菜 キャベツ	じゃがいも
		コーングラタン	おから 豆乳	とうもろこし	じゃがいも 米粉 砂糖 植物油
		チキンライスの具	鶏肉	にんじん 玉ねぎ エリンギ	
21	金	中華めん <small>牛乳</small>	牛乳		めん
		塩ラーメン	豚肉	にんじん 玉ねぎ もやし 白菜 ねぎ とうもろこし	ごま油
		愛知の野菜入り春巻き	鶏肉	にんじん キャベツ れんこん	小麦粉 でんぷん 砂糖 大豆油 菜種油 ごま油
		切り干し大根のごま酢和え	まぐろ	にんじん 切り干し大根 きゅうり	ごま 砂糖

☆すべての食材を表記しているものではなく、加工食品については主な原料（1%以上）を表記しています。

★は、業者配送です。

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。

☆令和3年9月よりアレルギー対応除去食（卵・乳）を提供しています。



### おにいさん、おねえさんになったよ♪♪

子どもたちはいろいろなことができるようになり、たくさんの成長があったと思います。1年間の食生活を振り返り、できたことに○をつけてみましょう。○がつかなかった項目は、これからできるように家族みんなで取り組んでいきましょう！



たべるまえにてをあらうよ。



「いただきます」「ごちそうさま」がいえるよ。



あさごはんをまいにちたべるよ。



おてつだいができるよ。



よいしせいでたべることができるよ。



くちをとじて、よくかんでゆっくりたべるよ。



スプーンやはしがたたくもてるように、または、つかえるようになったよ。



すききらいがすくなくなったよ。のこさずたべられるようになったよ。

### 春の行事と行事食

3月は、春の訪れを感じる行事や行事食が盛りだくさんです。行事食を食べて、春の訪れを感じるのもいいですね。

<p><b>3月3日</b></p> <p>◆ひなまつり◆</p>  <p>はまぐりの潮汁 ひしもち</p>	<p><b>3月20日ごろ</b></p> <p>◆春分の日（春のお彼岸）◆</p>  <p>ぼたもち</p>	<p><b>桜開花のころ</b></p> <p>◆お花見◆</p>  <p>花見団子 行楽弁当</p>
---	--	--

〈今月の阿久比町産の野菜〉



小松菜

献立や食に関するお問い合わせ等は給食センターへご連絡ください。阿久比町立学校給食センターAGUMOGU（あくもぐ）TEL48-5111 FAX48-5114

※令和6年4月から令和7年3月までの間、物価高騰に対応するため、町が食材価格高騰相当分を負担しています。

阿久比町のホームページに、「AGUMOGU（あくもぐ）給食レシピ50」を掲載しています。見てね♪

