

# 3月

# きゅう だより しよく



令和8年3月1日発行



## 目 標



楽しく食べよう!!

「これ美味しい!」「おかわりしたよ!」「この野菜は何?」  
お部屋に顔を出すと、子供達の色んな声が聞けて、  
楽しそうな様子が伝わってきます。  
4月頃は緊張していた子も、今では同じテーブルのお友達と、  
楽しそうに食べています。



毎日一緒に食事することで、  
心が通じ合い安心できる楽しい時間になりました。  
楽しい食事は、心と体の栄養になり、社会性も育まれます。  
楽しい食事体験を重ねて、たくましく成長して欲しいと思います。  
ご家庭でも一緒に食卓を囲み、楽しく食事ができたら良いですね。



～ 楽しく食べるには ～

- ・一緒に食べる  
子供に安心感を与えます。
- ・無理に食べさせない  
「早く食べなさい」と言う言葉は、食欲を減退させます。
- ・共感する  
「おいしいね」と共感することで、食事の時間が楽しくなります。



～ 3月の取り組み ～

- ・3月3日(火)『ひな祭り』  
ちらし寿司でお祝いします。
- ・3月19日(木)『お別れ会』  
人気メニューの鮭グラタンで卒園をお祝いします。



～ リクエストメニュー ～

2月に引き続き、3月の給食にもリクエストメニューを取り入れます。  
※♥マークがリクエストメニューです。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 ・鮭の豆乳シチュー♥ ・春キャベツと りんごのサラダ ・たくあん ★じゃが団子のみたらし風(3歳未満児)	3 ひなまつり ・ちらし寿司 ・ブロッコリーの和え物 ・花麩のすまし汁 ・いちご	4 ・納豆チャーハン♥ ・菜花のごま和え ・切干し大根のみそ汁	5 ・りんごの春巻き♥ ・レタスと水菜のサラダ ・白菜のスープ ★みたらし団子(3歳以上児)♥	6 ・魚のカレームニエル ・青菜と うす揚げの和え物♥ ・じゃが芋と玉ねぎのすまし汁 ・おかかふりかけ	7 午後の保育は お休みします
9 ・魚のフライ♥ ・ポテトサラダ ・チンゲン菜のスープ ・うめぼし	10 ・治部煮風♥ ・青菜と キャベツのごま和え ・昆布の煮物	11 ・ピビンバ♥ ・わかめのスープ ・いちご	12 おにぎり弁当の日 ★アップルパイ♥	13 ・スクエアハンバーグ♥ ・青菜と 切干し大根のおひたし ・じゃが芋のみそ汁	14 お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)
16 ・スナックえんどう入り カレー肉じゃが♥ ・春キャベツと わかめの酢の物 ・りんご ★ぼたもち(3歳未満児)	17 ・鶏肉と大豆の揚げ煮 ・青菜のおひたし ・大根ときこのみそ汁 ★ぼたもち(3歳以上児)	18 ・五目炊き込みごはん♥ ・たくあん ・青菜のみそ汁	19 お別れ会 ・鮭のグラタン♥ ・春キャベツと ブロッコリーの和え物 ・豆腐のすまし汁 ・いちご	20 春分の日	21 卒園式
23 ・魚のきのこあんかけ ・焼き野菜 ・豆腐のみそ汁	24 カレーの日 ・しんよこえカレー♥ ・春キャベツと 糸寒天のサラダ ・りんご	25 ・へしごごはん♥ ・青菜ののり和え ・きのこのすまし汁	26 ・鶏肉のごま唐揚げ♥ ・ブロッコリーと 人参のおかか和え ・にゅうめん汁♥	27 ・厚揚げの煮物 ・春キャベツのパスタ♥ ・昆布の佃煮	28 お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)
30 ・魚の塩麩焼き♥ ・ビーフンサラダ♥ ・厚揚げと玉ねぎのみそ汁	31 保育は お休みします				