

# 3月

# きゅう だより しよく



令和7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(月)『ひな祭り』  
ちらし寿司でお祝いします。
- ・3月21日(金)『お別れ会』  
春野菜のシチューと手作りアップルパイで、  
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
3 ひなまつり ・ちらし寿司 ・ブロッコリーの和え物 ・えのきのすまし汁 ・いちご	4 ・カレー肉じゃが♥ ・青菜と 切干し大根のお浸し ・きなこ	5 ・鮭とわかめごはん♥ ・蓮根のきんぴら♥ ・厚揚げと 玉ねぎのみそ汁	6 おにぎり弁当の日 ★芋きんつば♥	7 ・厚揚げの煮物 ・春キャベツと へしこのパスタ♥ ・昆布の佃煮	1 保育は お休みします お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください) 8
10 ・麻婆豆腐♥ ・春雨サラダ ・りんご ★ぼたもち(3歳未満児)♥	11 ・魚のパン粉焼き ・ブロッコリーと 人参のおかか和え ・白玉麩と 玉ねぎのすまし汁	12 ・厚揚げごはん ・青菜の白和え ・岩のり汁	13 ・鮭のグラタン♥ ・茹でブロッコリー ・野菜スープ ★ぼたもち(3歳以上児)♥	14 ・鶏肉の照り焼き ・青菜と人参の和え物 ・じゃが芋のみそ汁	15 お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)
17 ・魚の塩焼き ・さつま芋のサラダ ・豆腐のすまし汁	18 ・すき焼き風煮 ・青菜とわかめの和え物 ・おかかふりかけ	19 ・納豆チャーハン♥ ・ブロッコリーの酢の物 ・大根と しいたけのみそ汁 ★アップルパイ(3歳未満児)	20 春分の日	21 お別れ会 ・春野菜のシチュー♥ ・青菜と春雨の和え物♥ ・いちご ★アップルパイ(3歳以上児)♥	22 卒園式
24 ・鮭のムニエル♥ ・青菜とえのきの和え物 ・豆腐と 三つ葉のすまし汁	25 ・厚揚げの炒め物 ・焼きさつま芋 ・わかめのスープ	26 ・しんよこえカレー♥ ・春キャベツと わかめの酢の物 ・りんご	27 ・鶏肉のごま唐揚げ ・人参のきんぴら ・うす揚げのみそ汁	28 ・魚の照り焼き ・春キャベツと りんごのサラダ♥ ・なめこのすまし汁♥	29 お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)
31 保育は お休みします					