



2024年

寒さも少しずつ和らぎ、春の陽気を感じられる季節となりました。

残りわずかな今年度もバランスの良い食事をとり、元気いっぱい思い出をたくさん作りましょう。



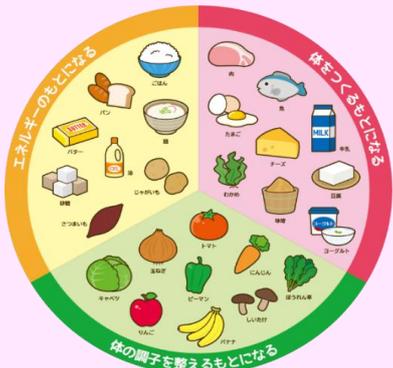
たんじょうかいメニュー  
3月19日(火)

- ※ちらし寿司
- ※わかめスープ
- ※フライドチキン
- ※ポテトサラダ
- ※デザート



～バランスよく食べよう～

食べ物に含まれる栄養素の働きから、体をつくるもとになる「あか」、エネルギーのもとになる「き」、体の調子を整えるもとになる「みどり」の3つの色に分類したものです。この3色をまんべんなく食べることで、栄養バランスを整える目安となります。



『新たまねぎ』



温暖な地域で3～4月に出荷される早採りのだたまねぎの総称です。みずみずしく肉質がやわらかく生でも美味しくいただけます。

たまねぎのにおいの成分である「硫化アリル」には、消化液の分泌を促進して食欲を増進したり、血液をサラサラにして動脈硬化を予防する働きがあります。

# 給食だより

幼保連携型認定こども園 島之内保育園

日	曜	給食	午後おやつ	午前おやつ
1	金	ごはん 白菜のみそ汁 いり鶏 きゅうりの酢の物	牛乳 クラッカー フルーツゼリー	牛乳 チーズ
2	土	ごはん スパゲッティミートソース 春キャベツのスープ りんご	牛乳 バナナ せんべい	牛乳 ビスケット
4	月	ごはん わかめのみそ汁 魚の照り焼き マセドアンサラダ	お茶 ぼたもち	牛乳 コーンフレーク
5	火	ごはん コーンスープ ハンバーグ 温野菜	ミルク おかき 日向夏	ヨーグルト
6	水	ごはん ほうれん草のみそ汁 豚肉と大根の煮物 お花畑サラダ	お茶 焼きそば	牛乳 せんべい
7	木	ごはん かきたま汁 魚のアップルソース 野菜サラダ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 卵ボーロ
8	金	ごはん 五目汁 鶏肉のきじ焼き 白和え	牛乳 パンブキンマフィン	牛乳 せんべい
9	土	卒園式		
11	月	ごはん 麩のすまし汁 魚のみそ煮 ほうれん草ともやしのごま和え	牛乳 フルーツサンド	牛乳 せんべい
12	火	ごはん 大根のみそ汁 チキン南蛮 二色野菜	牛乳 りんご クッキー	ヨーグルト
13	水	ごはん わかめスープ マーボー豆腐 ハムときゅうりのごま酢和え	牛乳 フライドポテト	牛乳 コーンフレーク
14	木	ごはん オニオンスープ 魚のマヨネーズ焼き 千切り大根の含め煮	ヨーグルト 丸ボーロ	牛乳 せんべい
15	金	ごはん 白菜のみそ汁 いり鶏 きゅうりの酢の物	牛乳 クラッカー フルーツゼリー	牛乳 チーズ
16	土	ごはん スパゲッティミートソース 春キャベツのスープ りんご	牛乳 バナナ せんべい	牛乳 ビスケット
18	月	ごはん コーンスープ ハンバーグ 温野菜	ミルク おかき 日向夏	ヨーグルト
19	火	たんじょうかい		
21	木	ごはん かきたま汁 魚のアップルソース 野菜サラダ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 卵ボーロ
22	金	ごはん 五目汁 鶏肉のきじ焼き 白和え	牛乳 手作りクッキー	牛乳 せんべい
23	土	新年度説明会、入園・進級式、父母の会総会		
25	月	ごはん 麩のすまし汁 魚のみそ煮 ほうれん草ともやしのごま和え	牛乳 フルーツサンド	牛乳 せんべい
26	火	ごはん 大根のみそ汁 チキン南蛮 二色野菜	牛乳 りんご クッキー	ヨーグルト
27	水	ごはん わかめスープ マーボー豆腐 ハムときゅうりのごま酢和え	牛乳 フライドポテト	牛乳 コーンフレーク
28	木	ごはん オニオンスープ 魚のマヨネーズ焼き 千切り大根の含め煮	ヨーグルト 丸ボーロ	牛乳 せんべい
29	金	べんとうの日		
30	土	ごはん スパゲッティミートソース 春キャベツのスープ りんご	牛乳 バナナ せんべい	牛乳 ビスケット