



# 給食だより



## 2024年3月

### さんいく保育園清澄白河

### 3月3日 ひなまつり



## はと組さんご卒園おめでとございます！

春の日差しが徐々に増え始めています。寒暖差が激しかった2月が過ぎ、3月は暖かなお天気たくさん出会えることが期待できそうですね。春が楽しみな反面、はと組さんは卒園の季節。笑顔いっぱいの子もたちとお別れするのは寂しいですが、さんいく保育園で経験した様々なことが、みんなの力となりますように。調理室一同、陰ながら応援しています！



## 今月ははと組リクエストメニューです！

今年は余りかたよることなく、まんべんなくリクエストしてくれました！

### ☆給食部門☆

- ・マカロニグラタン
- ・豚肉とナスのみそ炒め
- ・ハヤシライス
- ・スパゲティミートソース
- ・いわしのかば焼き
- ・チキンのケチャップ焼き
- ・鶏のから揚げ
- ・中華丼
- ・鮭の照り焼き
- ・ポテトサラダ
- ・ハムサラダ
- ・アスパラのサラダ



### ☆おやつ部門☆

- ・フルーツヨーグルト
- ・ミニピザ
- ・イチゴパンケーキ
- ・チーズスティック
- ・味噌ラーメン
- ・バナナケーキ
- ・ジャムサンド
- ・ぶどうゼリー
- ・もちもちパン
- ・ひじきおにぎり
- ・あげパン（きなこ）



はと組のみんなが最後までおいしい給食を味わってくれますように・・・！

### ♡3月1日の献立♡

- ・ちらし寿司
- ・ツナと菜の花のサラダ
- ・すまし汁（豆腐・手まり麩・万能ねぎ）
- ・いちご



♡おやつは桜餅とひなあられです♡  
（桜餅は近所の「よしだや」さんから仕入れています。手作りのこしあんがとっても上品でとてもおいしいです！）



## 旬の食材

春らしい食材が沢山出回り始めました！

### ☆菜花(なばな)☆

ビタミン B 群のほか、鉄、カルシウムが豊富です。花が咲くと苦みが出るので、2~3 日で食べ切るようにするのがおススメ。



### ☆いちご☆

ビタミン C が豊富で、低カロリーフルーツです。水で洗うと傷みが早くなるので、食べる分だけ洗い、あとはヘタを下に向けて保存しましょう。

