

給食だより



令和7年2月28日(金) 調布なないろ保育園
 園長 山口 三奈
 栄養士 平田 直子
 吉田 早希

早いもので今年度最後の月です。さくら組の子ども達はもうすぐ小学校へと進んでいきますね。卒園してもみんなでお食べた給食や調理保育の思い出を胸に新しい環境で過ごしてもらいたいです。

さて、3月の献立にはさくら組の子ども達からの“リクエストメニュー”を取り入れています。献立表に**ピンク色の★印**がついているので、ぜひ探してみてください♪

～もう一度食べたい！なないろ保育園の給食は？～

- | | |
|------------------------|--|
| 6日(木) ちゃんぽんめん | 大久保 真白ちゃん、野崎 来未ちゃん、
脇本 しえりちゃん、札 弦くん |
| 11日(火) 味噌ラーメン | 釜田 英くん |
| 13日(木) カレーうどん | 高橋 治貴くん、長谷川 瑛舞ちゃん、
平本 悠夏ちゃん、河村 侑季くん、
山谷 奏翔くん、生沼 晏ちゃん |
| 18日(火) 鮭のマヨネーズ焼き | 大久保 心春ちゃん |
| 19日(水) 鶏のから揚げ
にゅうめん | 田中 詩乃ちゃん、星野 陸くん
金子 彩葉ちゃん |
| 24日(月) いもいもドーナツ | 近藤 正宗くん |
| 27日(木) もやしあんかけラーメン | 磯部 紗希ちゃん |
| 28日(金) のっぺい汁 | 近藤 志紀くん |
| 31日(月) カレーライス
麩のラスク | 江口 湊くん、金子 隼士くん
脇山 恒誠くん |



今月の行事食～ひなまつり～

ひなまつりは、女の子が健やかな成長と幸せを願う日です。「桃の節句」ともいいますが、本来は年齢や性別は関係なく、厄払いを目的とした日でした。

ひな人形はなぜ飾るの？

子どもの厄災を、ひな人形が身代わりとなって守ってくれるといわれています。

<おひる>

- ・ひなまつりごはん
- ・鶏の照り焼き
- ・春野菜サラダ
- ・若竹汁
- ・いちご



ひなまつりごはんは、鮭ごはんとおぼろごはんを丸く盛り付け、花形人形とかぼちゃと豆腐のおぼろで飾り付けます。なないろ保育園では3月3日(月)にひなまつり献立を提供します。

春が旬の食材

菜の花は3月17日(月) 春野菜の味噌汁、アスパラガスは3月11日(火) アスパラとキャベツのソテーに入っています♪

菜の花

アブラナの花芽で、カロテンやビタミンCが豊富な緑黄色野菜です。選ぶときは、なるべく花が咲いていないシャキッとした色の濃いものを選びましょう。

アスパラガス

地中海東部が原産とされるユリ科の植物で、芽が出始める春先がやわらかくておいしい季節です。新陳代謝を促し、疲労回復の効果があるといわれるアスパラギン酸が豊富に含まれています。

「今年度も、たくさん給食を食べてくれてありがとうございました！ 給食室一同」

