



3月のメニュー

ARINKOMURA

日	献立	10時おやつ	3時おやつ
1(火)	二色丼 ツナサラダ 味噌汁 果物	チーズ	麦茶 マカロニ安倍川
2(水)	ごはん 魚の竜田揚げ 切り干し大根の煮 味噌汁 果物	ヨーグルト	麦茶 ジャムパン
3(木)	ちらし寿司 ミートボール ほうれん草しらす和え すまし汁 果物	クッキー	麦茶 焼きうどん
4(金)	ミートソーススパゲティ コールスローサラダ 野菜スープ 果物	ビスケット	麦茶 塩おにぎり
5(土)	親子丼 きゅうりの酢の物 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 せんべい
7(月)	ひじきごはん 春巻き キャベツの昆布和え 味噌汁 果物	ビスケット	牛乳 ホットケーキ
8(火)	チキンカレー ツナサラダ 味噌汁 果物	チーズ	麦茶 揚げパン
9(水)	食パン 魚のフライ ポテトサラダ ブロッコリーのポターージュ風スープ 果物	クッキー	麦茶 わかめおにぎり
10(木)	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツとカニのサラダ 味噌汁 果物	ヨーグルト	麦茶 ゼリー
11(金)	けんちんうどん シラス入り卵焼き ちくわきゅうり 果物	ビスケット	麦茶 パナナ入蒸しパン
12(土)	ハヤシライス 中華サラダ コンソメスープ 果物	クッキー	麦茶 せんべい
14(月)	マーボー丼 花野菜サラダ 味噌汁 果物	ビスケット	麦茶 アメリカンドッグ
15(火)	わかめごはん 鶏の唐揚げ リンゴとチーズのサラダ ミネストローネスープ 果物	チーズ	麦茶 フレンチトースト
16(水)	ごはん 肉入りはんぺんフライ マカロニサラダ 味噌汁 果物	ヨーグルト	麦茶 お好み焼き
17(木)	ごはん 豚肉のピカタ コールスローサラダ 中華スープ 果物	ビスケット	麦茶 きな粉ラスク
18(金)	味噌ラーメン ポークシューマイ キャベツの塩昆布和え 果物	クッキー	麦茶 鮭おにぎり
19(土)	ごはん 肉じゃが 小松菜の煮びたし 味噌汁 果物	ビスケット	麦茶 せんべい
22(火)	ごはん 豚肉の野菜巻き ほうれん草のしらす和え コンソメスープ 果物	チーズ	牛乳 ホットケーキ
23(水)	ロールパン クリームシチュー 春巻きと野菜 果物	ヨーグルト	麦茶 いがまんじゅう
24(木)	焼きそば ちくわのきゅうり 味噌汁 果物	ビスケット	麦茶 きなこおにぎり
25(金)	ごはん 白身魚の野菜あんかけ かぼちゃのサラダ すまし汁 果物	クッキー	麦茶 ジャムパン
26(土)	卒園式		
28(月)	ビビンバ丼 シルバーサラダ 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 ホットケーキ
29(火)	ごはん 豆腐ハンバーグ ジャーマンポテト かきたま汁 果物	チーズ	麦茶 黒蜜くずもち風
30(水)	カレーうどん あんかけポークシューマイ キャベツ昆布和え 果物	ヨーグルト	麦茶 ピザトースト
31(木)	家庭保育ご協力日(お弁当)		

*10時に TOMATO・ONION クラスはおやつがあります。 *仕入れの状況や人数の変更により献立が変わる時もあります。

食育だより

【 いがまんじゅう 】 3/23 献立
 こしあん(または粒あん)を米粉で包み、赤・緑・黄に染色したもち米を表面につけたお菓子です。愛知県岡崎市周辺の三河地域では、ひなまつりにいがまんじゅうをお供えて食べる習慣があります。岡崎市で作られているいがまんじゅうは、赤・緑・黄の3色です。赤は魔除け、緑は生命力、黄は豊作祈願などの意味を持っていると言われています。ARINKOMURA オリジナルのいがまんじゅうをお楽しみに！

- 【作り方】
1. 容器に水と食紅を入れ、洗った米を1時間ほどつけておく。
 2. 1.をレンジで600wで2分ほどあたため水気を切る。
 3. あんこは8個に丸めておく。
 4. 団子粉に砂糖と水を少しずつ入れて混ぜていき、耳たぶくらいの固さにする。
 5. 4.を8等分にしてあんこを包み丸める。
 6. 1.で着色した米を5.の上ののせる。
 7. 5.を蒸し器で生地が透き通る感じになるまで蒸し上げる。

【材料】
 米 : 10g
 団子粉 : 2カップ
 砂糖 : 30g
 水 : 90cc
 食紅 : 少々
 あんこ : 80g



《 給食室より 》

今年度も最後の月となりました。キャロット組のみなさんにとっては保育園での給食も残りわずかとなってきましたね。給食を通してみんなの笑顔や姿、成長ぶりにたくさん元気もらいました。これからも「食」と共にすくすく成長してほしいと思います。1年間ありがとうございました。

《 3月の給食について 》

3月3日のひな祭りは女の子の節句です。桃の花や菱餅、ちらし寿司は、邪気を払う力があるとされ、健やかに成長できるようにと願い食べたそうです。給食のちらし寿司を食べてみんなでお祝いしましょう。さらにキャロット組から給食メニューのリクエストがあり、献立に入れる予定です。どうぞ盛りだくさんの給食を楽しみにしててください。



誕生会メニュー
あずきロール