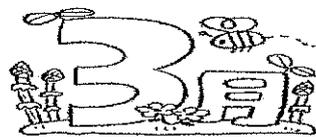


# きゅうしょくだより



R3. 2. 26(金)

認定こども園しづし幼稚園

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな日差しを感じるようになりました。年長児は、小学校入学に向けて期待を膨らませながら、いよいよ卒園式を迎えようとしています。園生活最後の舞台、たくましく成長した子ども達の姿を最後まで温かく見守ってください。年中児以下のお友だちも、自分のことは自分でする！など進級する嬉しさに目を輝かせています。たくさんの思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となり、最初は給食が食べきれず苦戦するお友だちもいましたが、完食できる子、おかわりをする子が増えとても嬉しく思います。残りの日々も病気や怪我に気を付け、楽しく過ごしましょう。

## こんなにおおきくなりました！

当園の毎月の身体測定結果に基づき、4月と2月の平均を算出したものです。基準値を示したものではありませんので、個人と比較する数値ではありません。尚、ちゅうりっぷ組は個人差も大きく、入園日も異なるため算出していません。

### 1年間の成長記録(平均)

	男子身長	女子身長
年長	110.5cm→116.7cm	107.6cm→112.5cm
年中	101.7cm→107.0cm	103.0cm→108.3cm
年少	97.8cm→103.1cm	95.2cm→100.6cm
たんぽぽ	86.7cm→93.7cm	88.1cm→95.0cm

	男子体重	女子体重
年長	20.0kg→22.6kg	18.23kg→20kg
年中	15.2kg→18.7kg	17.0kg→19.1kg
年少	15.9kg→17.4kg	14.8kg→16.7kg
たんぽぽ	13.2kg→14.9kg	13.9kg→16.3kg

## 食事のマナーは身につきましたか？

1年間過ごしてきて、どれだけ習慣づけられたでしょうか？

- きちんとあいさつをする
- 食事中に席を立たない
- 食べ物を口に入れたまま話をしない
- 音を立てて食べない
- はしを正しく持ち、反対の手で食器を持つ
- かたづけをする



できていないことがあれば、引き続きがんばって取り組ましましょう。

## 《お知らせ》

- ♪3月2日(火)は、お別れ徒歩遠足です。
- 全園児愛情弁当、水筒、おやつ準備をお願いします。
- ♪3月11日(木)は、年長児のみバイキング給食になります。
- ♪献立の★マークは年長児リクエストメニューです。
- ♪年長児は3月1日から3月18日(土曜日を除く)まで、小学校と同じ200mlのパック牛乳を提供します。
- パックを開いて飲み、洗って、開くという経験をし、小学校給食にスムーズに移行できればと思います。
- ♪3月30日・31日は、新年度準備のため、お休みです。

日付	献立名	材料名			おやつ (◎は10時, ○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (月)	ちらし寿司・若竹汁 凍り豆腐の煮物・いちご ひなあられ・カルピス	○じゃがいも、米、砂糖、○ 片栗粉、○油、手まり麩	鶏もも肉、カルピス、○脱脂 粉乳、凍り豆腐、錦糸たま ご、○粉チーズ、桜でん ぶ、◎牛乳	いちご、にんじん、たけの こ、スナックえんどう、いん げん、きざみのり、わかめ、 干しいたけ	◎牛乳 ○ミルクココア ○じゃが芋揚げもち
2 (火)	♪お別れ徒歩遠足♪ 全園児 お弁当・水筒・おやつ 持参となります	○クリームパン	○牛乳、◎牛乳		○牛乳 ●クリームパン
3 (水)	★ミルクパン えびつみれと青菜スープ カレイのトマトソース・牛乳	ミルクパン、○米、じゃがい も、片栗粉、○マヨネーズ、 油、オリーブ油、砂糖	牛乳、かえり、えびつみ れ、○ツナ缶、◎牛乳	トマトピューレ、たまねぎ、こ まつな、しめじ、○にんじ ん、しょうが、にんにく	◎牛乳 ○麦茶 ○ツナマヨごはん
4 (木)	★五目ごはん・★みそ汁 ★さばの塩焼き 白菜の和え物・麦茶	米、板こんにゃく、ごま、小 麦粉	さば、鶏肉、○ウインナー、 ○脱脂粉乳、かにかまぼ こ、みそ、○卵黄、バター、 油揚げ、かつお節、◎牛乳	はくさい、かぼちゃ、きゅう り、にんじん、ごぼう、ねぎ、 いんげん、干しいたけ	◎牛乳 ○ミルクココア ○ウインナーパイ
5 (金)	ごはん・みそ汁 ★レバーの甘辛揚げ はるさめサラダ・麦茶	米、じゃがいも、はるさめ、 マヨネーズ、片栗粉、油、砂 糖、ごま	◎牛乳、豚レバー、○ホ イップクリーム、○脱脂粉 乳、ハム、みそ	にんじん、きゅうり、○いち ごジャム、葉ねぎ、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○手巻きクレープ
6 (土)	きのこのトマトパスタ 野菜のスープ煮 ベイクドポテト・麦茶	スパゲティ、じゃがいも、砂 糖、油	○牛乳、豚ひき肉、バ ター、粉チーズ、◎牛乳	たまねぎ、しめじ、ブロッコリー、トマ トピューレ、トマト、キャベツ、だいご ん、トマト缶詰、にんじん、マッシュ ルーム缶、セロリー、にんにく	◎牛乳 ○牛乳 ●ミニたい焼き
8 (月)	ごはん・みそ汁 ★ちくわの磯辺天 いんげんと鶏ささ身のごまあえ 麦茶	米、じゃがいも、小麦粉、 油、ねりごま、砂糖、ごま	ちくわ、○たこ、卵、鶏ささ 身、○脱脂粉乳、みそ、○ かつお節、◎牛乳	きゅうり、いんげん、にんじ ん、なめこ、葉ねぎ、あおの り	◎牛乳 ○ミルクココア ○たこ焼き
9 (火)	ごはん・★はるさめスープ ★さけの塩焼き ★ブロッコリーサラダ・麦茶	○さつまいも、米、和風ド レッシング、はるさめ	さけ、○脱脂粉乳、ハム、 ◎牛乳	ブロッコリー、キャベツ、ミニ トマト、にんじん、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ○焼き芋

裏面へ続く

日付	献立名	材料名 (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)			おやつ (◎は10時、○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
10 (水)	★パイナップルパン ★あさりのスープ ★ハンバーグ ★カミカミサラダ・牛乳	パイナップルパン、○米、パン粉、マヨネーズ、砂糖	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、あさり、卵、ベーコン、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ごぼう、えだまめ、しめじ、コーン、レモン果汁、◎こまつな	◎牛乳 ○麦茶 ○菜飯おにぎり
11 (木)	ごはん・みそ汁 ★鶏のから揚げ スパゲティーサラダ ★いちご	米、○小麦粉、マヨネーズ、○甘納豆、○砂糖、スパゲティ、油、片栗粉、○油、オリーブ油、砂糖	鶏肉、○脱脂粉乳、○牛乳、ハム、みそ、◎牛乳	いちご、しいたけ、にんじん、きゅうり、キャベツ、◎こまつな、葉ねぎ、にんにく、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○和風やさい蒸しパン
12 (金)	★わかめごはん ビーフンスープ ぶりのみそ照り焼き もずく酢・麦茶	米、○ホットケーキ粉、ビーフン、砂糖、○油、ごま	○魚肉ソーセージ、ぶり、○脱脂粉乳、かにかまぼこ、○卵、みそ、○牛乳、◎牛乳	もずく、はくさい、きゅうり、にんじん、たけのこ、コーン、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○ミニアメリカンドッグ
13 (土)	五日ラーメン ピーマンの昆布あえ バナナ・麦茶	ゆで中華めん、ごま油	豚肉、○脱脂粉乳、◎牛乳	バナナ、大豆もやし、ピーマン、チンゲンサイ、コーン、にんじん、葉ねぎ、塩こんぶ、干しいたけ	◎牛乳 ○ミルクココア ●ソフトクレープ
15 (月)	ごはん・みそ汁 ★豚肉のしょうが焼き ★さつまいもの天ぷら・麦茶	米、さつまいも、○コーンフレーク、小麦粉、油、○油、砂糖	豚肉、○脱脂粉乳、みそ、卵、◎牛乳	たまねぎ、だいこん、しめじ、こまつな、にんじん、葉ねぎ、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○シリアルバー
16 (火)	オムライス風 コーンスープ はくさいのサラダ・麦茶	米、マヨネーズ、砂糖、すりごま、油	○牛乳、鶏肉、鶏ささ身、牛乳、バター、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、コーン、黄ピーマン、にんじん、えだまめ、赤ピーマン、ピーマン	◎牛乳 ○牛乳 ●レモンケーキ
17 (水)	★ココアパン スープスパゲティー ★白身魚フライ ゆで野菜・牛乳	ココアパン、○米、スパゲティ、油、オリーブ油、○黒ごま	牛乳、ベーコン、○しらす干し、◎牛乳	ブロッコリー、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう	◎牛乳 ○麦茶 ○じゃこおにぎり
18 (木)	★カレーライス ★大豆とひじきのサラダ ★フルーツゼリー・麦茶	米、じゃがいも、○強力粉、○油、○砂糖、油、ごま油	豚肉、だいず、○こしあん、○脱脂粉乳、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、みかん缶、パイン缶、きゅうり、りんご、ひじき、にんにく、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○手作りあんぱん
19 (金)	年長児：卒園式 年中児以下：給食 ごはん・肉豆腐 ほうれん草のごま和え・麦茶	米、砂糖、すりごま	○牛乳、焼き豆腐、豚肉、◎牛乳	ほうれんそう、はくさい、たまねぎ、もやし、ねぎ、にんじん、えのきたけ	◎牛乳 ○牛乳 ●ソフトマドレーヌ
22 (月)	ごはん・すまし汁 鮭の味噌マヨ焼き 野菜サラダ・麦茶	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、○油、○グラニュー糖、オリーブ油、砂糖、○片栗粉	◎牛乳、さけ、○絹ごし豆腐、○脱脂粉乳、みそ	キャベツ、たけのこ、きゅうり、にんじん、黄ピーマン、レモン果汁、わかめ	◎牛乳 ○ミルクココア ○豆腐ドーナツ
23 (火)	ごはん・すまし汁 ゆかりのから揚げ かぼちゃサラダ・麦茶	米、マヨネーズ、片栗粉、油	◎牛乳、鶏肉、○脱脂粉乳、かにかまぼこ、かつお節	かぼちゃ、ほうれんそう、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが、ゆず果皮	◎牛乳 ○ミルクココア ●ミニワッフル
24 (水)	枝豆カレーごはん きのこスープ・野菜メンチかつ キャベツの香りお和え・麦茶	米、パン粉、油、小麦粉、ごま油、ごま、砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、○ホイップクリーム、ベーコン	キャベツ、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、しめじ、しいたけ、にんじん、黄ピーマン、枝豆、きざみのり	◎牛乳 ○牛乳 ○チョコババロア
25 (木)	ごはん・みそ汁 ハニースパイステキン きんぴらごぼう・麦茶	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、しらたき、はちみつ、砂糖、○黒ごま、ごま油	◎牛乳、鶏肉、○脱脂粉乳、○卵、○牛乳、○バター、みそ、煮干し	ごぼう、こまつな、にんじん、しいたけ、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ○黒ゴマケーキ
26 (金)	ごはん・みそ汁 大根と豚肉の煮物 ブロッコリーのおかか和え 麦茶	米、○さつまいも、○砂糖、○油、砂糖	◎牛乳、豚肉、○脱脂粉乳、みそ、煮干し、○バター、かつお節	だいこん、ブロッコリー、キャベツ、にんじん、コーン、にら、いんげん、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○キャラメルポテト
27 (土)	小おにぎり 中華スープ ジャージャーうどん麺・麦茶	ゆでうどん、米、油、砂糖、片栗粉	◎牛乳、豚ひき肉、○脱脂粉乳、赤みそ	たまねぎ、はくさい、もやし、きゅうり、コーン、深ネギ、にんじん、しいたけ、にんにく、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ●ロールケーキ
29 (月)	ごはん・みそ汁 揚げ魚の甘酢あん さつま芋の甘煮・麦茶	さつまいも、米、○サンドイッチパン、砂糖、片栗粉、油	○牛乳、◎牛乳、あかうお、木綿豆腐、○ホイップクリーム、みそ	たまねぎ、もやし、○いちごジャム、にんじん、しいたけ、葉ねぎ、しょうが、わかめ、にんにく	◎牛乳 ○牛乳 ○いちごロール

※仕入れ等の都合により食材料や献立を変更させていただくことがあります。尚、旬の食材を積極的に使用しておりますので同じ食材の献立が続くことがあります。ご理解のうえ、ご了承ください。

※午前のおやつは、ちゅうりっぷ・たんぼぼ組のお友だちが対象で牛乳とせんべい等市販のおやつになります。午後のおやつ及び土曜日の給食は、2号・3号のお友だちが対象となります。

※午後のおやつは●は市販のおやつになります。