

3月



令和5年3月1日
社会福祉法人 下東条西保育所

春光うらかな季節となり、陽ざしの温もりを感じる日が増えてきました。子どもたちもどんな春が見つかるか、わくわくしながら外へ出かけています。いよいよ今年度も残りわずかとなりました。たくましく成長した子どもたち。一人ひとりの新たな一歩にエールを送りたいと思います。

きらりん☆ステージ

~1年の成長をみせま Show Time!!~



ひよこ組『ひよこみサーカスへようこそ!』



ことり組『むしむしうんどうかい』



うさぎ組『うさぎみパーティー』



はな組『にゃんにゃんわーると』



ゆき組
『ねこときょうりゆう』



つき組『おーるすたー☆がーにばる』

3月の予定

- 3日(金) お別れ遠足【雪・月】 姫路セントラルパーク
- 6日(月) 図書館出前お話会【月】
- 7日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 13日(月) 石井文庫お話会【雪】
- 14日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 15日(水) 誕生会
- 17日(金) お別れ会
- 20日(月) 石井文庫お話会【花】
- 22日(水) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 24日(金) 修了式
- 25日(土) 卒園式

スマイル弁当デー 身体計測

※毎週月曜日 10時より未就園児対象のすくすく子育て教室を開催しています。

お別れ遠足について【雪・月】

日時：3月3日(金) 9時集合

場所：姫路セントラルパーク（雨天決行）

服装：体操服、カラー帽子

持ち物：おかず入り弁当、お箸、おしぼり

水筒、敷物、ハンカチ、ティッシュ

☆おやつは保育所で用意します

☆ひよこ・ことり・うさぎ・花組は通常保育です。
(給食があります)

注意

誤嚥防止の為、お弁当にプチトマトを入れる場合は4等分にして下さい。

今年度もバルマーク集めにご協力

ありがとうございました!

来年度もよろしくお願いいたします。





月	火	水	木	金	土	
		1 鱈の照り焼き <small>鱈</small> 豚汁 <small>豚肉、油揚げ、豆腐、味噌 大根 こんにゃく、人参、玉ねぎ、牛蒡、青葱</small> グレープフルーツ	2 高野豆腐の卵とじ <small>鶏ミンチ、卵、高野豆腐 じゃが芋 人参、玉ねぎ、干し椎茸、青葱</small> もやしとわかめの和え物 <small>竹輪、わかめ ごま油、いりごま もやし、コーン</small> バナナ 手作りおやつ フレンチトースト	3 鬼さんバーグ <small>合挽ミンチ、卵、豆腐、牛乳、パン粉 大豆、チーズ 食パン、ソース 玉ねぎ、蓮根、ブロッコリー、ケチャップ</small> 人参のグラッセ <small>人参</small> オレンジ	4 カレー <small>牛肉、牛乳 じゃが芋、ルウ、ソース 人参、玉ねぎ、ケチャップ</small> ゆで卵 オレンジ	
6 冬野菜のクリーム煮 <small>鶏肉、牛乳 じゃが芋、クリームシチュールウ 人参、白菜、しめじ、玉ねぎ、大根</small> サラダ・ふりかけ <small>卵</small> <small>ブロッコリー、トマト</small> オレンジ	7 魚の野菜あんかけ <small>メルルーサ 片栗粉 南瓜、ピーマン 玉ねぎ、人参、しめじ、筍、干し椎茸</small> 竹輪の生姜煮 <small>竹輪</small> 生姜 バナナ	8 卵入りひじきの炒り煮 <small>竹輪、卵、油揚げ、ひじき</small> 人参、干し椎茸、糸こんにゃく 野菜のごま和え <small>すりごま 人参、キャベツ、きゅうり</small> グレープフルーツ 手作りおやつ ヨーグルトケーキ	9 鶏肉のコンフレーク焼き <small>鶏肉、マヨネーズ コンフレーク 生姜</small> ポテトサラダ <small>ハム、卵、マヨネーズ じゃが芋 人参、きゅうり、コーン</small> オレンジ	10 パンプキンオムレツ <small>ベーコン、卵、チーズ、牛乳 コンソメ ケチャップ 人参、南瓜、ピーマン、玉ねぎ</small> 刻み昆布の炒め煮 <small>さつま揚げ、刻み昆布</small> <small>人参、こんにゃく</small> バナナ	11 建国記念の日 	
13 赤魚の煮付け <small>赤魚</small> <small>白葱、生姜</small> 五目金平 <small>竹輪、油揚げ いりごま 牛蒡、人参、こんにゃく</small> オレンジ	14 バレンタインメニュー 三色丼 <small>鶏ミンチ、卵</small> <small>ほうれん草、人参</small> 野菜スープ <small>ベーコン コンソメ 人参、玉ねぎ、キャベツ、しめじ、青葱</small> バナナ 手作りおやつ ココアプリン	15 少なめ ちゃんぽん麺 <small>海老、いか、豚肉 中華麺、中華だし 人参、青葱、キャベツ、椎茸、もやし</small> 棒チーズ・ふりかけ <small>プロセスチーズ、ふりかけ</small> グレープフルーツ	16 コロケ <small>合挽ミンチ、卵 じゃが芋、小麦粉、パン粉、ソース 人参、玉ねぎ、ケチャップ</small> ハムサラダ <small>ハム、マヨネーズ</small> <small>人参、きゅうり、ブロッコリー</small> バナナ	17 お好み焼き <small>粉かつお、豚肉、卵、チーズ、竹輪 小麦粉、ソース マヨネーズ キャベツ、人参、青葱、長芋、こんにゃく</small> 小魚の磯煮 <small>ちりめん、青のり</small> オレンジ	18 和風ポトフ <small>鶏肉、厚揚げ じゃが芋 人参、キャベツ、玉ねぎ、しめじ</small> 味付け海苔 オレンジ	
20 スマイル弁当デー エビフライ <small>海老、卵、パン粉 小麦粉 トマト、ブロッコリー、ケチャップ</small> スパゲティサラダ <small>卵、ハム、マヨネーズ スパゲティ 人参、きゅうり、玉ねぎ</small> 果汁100%ゼリー	21 関東煮 <small>平天、牛肉、卵、厚揚げ じゃが芋 人参、大根、こんにゃく</small> 胡瓜とちりめん酢の物 <small>ちりめん、わかめ すりごま きゅうり</small> バナナ	22 誕生会メニュー そばめし <small>豚肉、粉かつお、青のり ソース じゃが芋 人参、青葱、玉ねぎ、キャベツ、もやし</small> かきたま汁 <small>卵、豆腐 片栗粉 えのき、青葱</small> グレープフルーツ 手作りおやつ ぱりぱりチーズ揚げ	23 天皇誕生日 	24 ゆで干し大根の煮物 <small>竹輪、鶏肉、油揚げ 干し椎茸、糸こんにゃく 人参、青葱、いんげん、ゆで干し大根</small> 竹輪のカレー揚げ <small>竹輪、卵 小麦粉、カレー粉</small> りんご	25 親子丼 <small>鶏肉、卵</small> <small>人参、玉ねぎ、生椎茸、青葱</small> 棒チーズ <small>プロセスチーズ</small> オレンジ	
27 ポークビーンズ <small>豚肉、ベーコン、竹輪、大豆 じゃが芋、コンソメ 玉ねぎ、人参、いんげん、ケチャップ</small> 青菜のウインナーソーテー <small>ウインナー</small> <small>小松菜</small> オレンジ	28 鮭のごま揚げ <small>鮭 片栗粉、小麦粉、白ごま、黒ごま</small> さつま汁 <small>油揚げ、味噌 こんにゃく 人参、青葱、玉ねぎ、大根、さつま芋</small> バナナ	<p>* 花・雪・月組は1日(水)に お米1合を持ってきてください。 14日・22日に使用する分です。 (袋に名前を書いてお米を入れてください)</p>			<p>※食材は都合により変更する場合があります。</p>	

このマークのついている日は白飯を持参して下さい。
※米の入った袋に名前を書いてくださいね。

※食材は都合により変更する場合があります。

20日(月) スマイル弁当デー

☆持ち物
ことり・うさぎ組
いつもの給食セット・空のお弁当箱・敷物

花・雪・月組
いつもの給食セット・空のお弁当箱・敷物
※白ご飯はおにぎりにしてラップに包んで下さい

～畑のお肉ってなあに？～

節分の豆まきにも使われる「大豆」は、良質なたんぱく質を多く含んでいることから、「畑のお肉」とも呼ばれています。たんぱく質の他にも、食物繊維や鉄、カルシウムも含まれています。お米に含まれていない栄養素が多く含まれているので、「ご飯とお味噌汁」など大豆製品を取り入れると栄養バランスがとてよくなります。節分にちなんで、3日の給食にも大豆入りのハンバーグを提供する予定です。

大豆からできている食べ物

豆腐

きな粉

豆

油揚げ

醤油

味噌