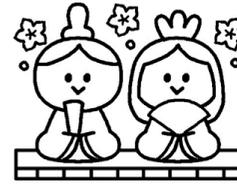




# きゅうしょくだより



足近保育園  
令和7年2月28日

冷たい北風に吹かれながらも、木々の芽は少しずつふくらみ始め、春がすぐそこまでやってきていることを教えています。月日の経つのは早いもので、今年度も残り約1ヶ月となりました。さくら組にとっては保育園生活、最後の月ですね。給食をたくさん食べて元気な体を作りましょう。3月も引き続き、年長のリクエスト給食になっています。楽しみにしててくださいね。

今月の給食に登場します！

チキンフリカッセ (1人分)

たまねぎ	15g
しめじ	10g
ドライパセリ	0.2g
鶏モモ肉	40g
塩こしょう	少々
バター	1.5g
水	30g
ホワイトソース	10g
牛乳	30g

## フランス料理の紹介



- ① 玉ねぎは5mmにスライスする。しめじは小房にわけておく。
- ② 鶏モモは小さく切って、塩こしょうで下味をつける。
- ③ 鍋にバターを熱し、鶏モモ肉を入れて火が通ったら、肉とたまねぎと一緒に炒め合わせる。
- ④ 水とホワイトソースと水を加えて火にかけ、牛乳を入れてとろみが出るまで加熱する。
- ⑤ 塩こしょうで味を調べて、食べる直前にドライパセリをかける。



昨日、年長児のお別れパーティを行いました。パーティーのメニューは年中さんたちが中心となって考えてくれました☆食事は以上児のみんなで縦割りとなり食べたので、いつもとは違う仲間やクラスになって少し緊張している子もみられました。ハンバーグやウインナー、おにぎり、レタスサラダにゼリーをおかわりしてたくさん食べてくれました。午前中には歌や踊りのプレゼントがあったり、楽しい時間を過ごし、思い出に残る素敵なお別れパーティになったようです。年長の皆さん、毎日元気に通った保育園ともあと少しでお別れですが卒園まで、あと少し！元気に登園してください。在園児のみなさん、これからも美味しい給食を作っていきますので、引き続き楽しみにしててくださいね。

☆今年度も1年間ありがとうございました☆



# 献立表

お米は8分つきのハツシモを使用しています。☆は手作りおやつです。

日	曜日	未満児おやつ	お昼	全園児おやつ	栄養価		日	曜日	未満児おやつ	お昼	全園児おやつ	栄養価	
					エネルギー	たんぱく質 脂質						エネルギー	たんぱく質 脂質
3	月	牛乳 バナナ	ちらし寿司・鮭の塩焼き	カルピス せんべい	573 Kcal	14	金	牛乳 バナナ	チャーハン・春巻き	りんごジュース せんべい	538 Kcal		
			お浸し・麩のすまし汁		24.2 g				ごぼうサラダ・野菜スープ		15.5 g		
			ひな祭りデザート		17.1 g				ヨーグルト		20.3 g		
4	火	牛乳 せんべい	食パン・チキンフリカッセ	幼児牛乳 ☆マシュマロサ ンド	564 Kcal	17	月	牛乳 ポーロ	ごはん・チキン甘辛炒め	幼児牛乳 ☆じゃこトース ト	584 Kcal		
			さつま芋サラダ・コンソメスープ		24.3 g				ブロッコリーのおかか和え・味噌汁		28.9 g		
			オレンジ		11.3 g				オレンジ		12.6 g		
5	水	牛乳 ポーロ	カレーライス・福神漬け	牛乳 ビスケット	563 Kcal	18	火	牛乳 ミルク餅	ごはん・かぼちゃミートグラタン	牛乳 源氏パイ	597 Kcal		
			レタスツナサラダ		23.2 g				フルーツサラダ・野菜スープ		22.1 g		
			フルーツヨーグルト		16.5 g				ゼリー		21.7 g		
6	木	牛乳 ミルク餅	ごはん・鶏肉のゆず味噌焼き	アシドミルク せんべい	587 Kcal	19	水	牛乳 ビスケット	ごはん・鮭のタルタル焼き	ヨーグルト ミニせんべい	591 Kcal		
			大根煮物・味噌汁		20.4 g				ひじき煮物・味噌汁		21 g		
			バナナ		14.2 g				パイナップル		13.4 g		
7	金	牛乳 せんべい	ごはん・クリームコロッケ	幼児牛乳 パウムクーヘン	578 Kcal	21	金	牛乳 せんべい	ごはん・焼き肉風炒め物	ジョア せんべい	622 Kcal		
			きんぴらごぼう・味噌汁		23.6 g				カリフラワーじゃこ和え・味噌汁		22.5 g		
			オレンジ		14.1 g				バナナ		17.7 g		
10	月	牛乳 ジャムサン ド	ごはん・八宝菜	オレンジジュ ース せんべい	552 Kcal	24	月	ヨーグルト	鶏ごぼうごはん・肉団子	幼児牛乳 ☆スコーン	561 Kcal		
			しゅうまい・胡麻和え		24.6 g				こふき芋・味噌汁		23.6 g		
			もも缶		7.5 g				オレンジ		15.6 g		
11	火	牛乳 ポーロ	ごはん・鱈のオーロルソース	幼児牛乳 ☆フルーツサン ド	596 Kcal	25	火	牛乳 バナナ	ごはん・鯖の味噌焼き	牛乳 クレープ	604 Kcal		
			大根サラダ・豆乳スープ		17.1 g				おから煮物・味噌汁		26.9 g		
			オレンジ		11.6 g				ゼリー		16.1 g		
12	水	牛乳 ビスケット	ごはん・ハンバーグ	牛乳 ドーナツ	565 Kcal	27	木	牛乳 せんべい	ハヤシライス・チーズ	幼児牛乳 クッキー	545 Kcal		
			おかか和え・すまし汁		22.6 g				マカロニサラダ		16.2 g		
			ゼリー		15.8 g				フルーツのゼリー和え		10.8 g		
13	木	牛乳 ホットケー キ	ごはん・鶏肉のコーンフレーク焼き	アシドミルク せんべい	592 Kcal	28	金	牛乳 ポーロ	ごはん・グリルチキン	幼児牛乳 せんべい	574 Kcal		
			切干大根煮物・味噌汁		22.3 g				春雨サラダ・味噌汁		21.3 g		
			バナナ		16.7 g				バナナ		12.8 g		
※献立は畑の都合上、多少変更することがあります。 ご理解ください。					31	月	牛乳 ビスケット	ごはん・鯖の味噌煮	幼児牛乳 揚げせんべい	571 Kcal			
								花野菜のお浸し・かき玉汁		20.1 g	ヨーグルト	14.7 g	