

12

3がっ給食倍おめでとう



3月3日は雛祭りとおわたしたちの誕生日

由来は「サニ サニ サニ」として雛のようきょうどもにさうろう!ど。



ばくばくくん
なんでもばくばく、
強さず食べるよ。
お魚大好き!



かりかりくん
給食博士です
知らないことが
あったら
ほくに聞いてね
牛乳が大好き!



もぐもぐちゃん
嫌いな物でも
一生懸命食べる、
頑張り屋さん。
野菜が大好き!



わくわくちゃん
みんなで食べる
給食の時間が
わくわく!楽しみ。
大好物はオムレツ。

園児さんが配達トラックの絵を見て、
「全員の名前わかるよ〜!」と、声をかけてくれました。
「わくわくちゃんが好き♡」なんですって♡



みんな
一緒に
食べてね!

3/2お雛祭り
メニュー
★のなあられつき



「うれしいひな祭り」
サトウハチロー作詞・河村光陽作曲

着物をきかえて 帯(おび)しめて
今日はわたしも はれ姿(すがた)
春のやよいの このよき日
なによりうれしい ひな祭り



今年度もありがとうございました

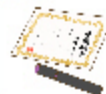
年長の園児さん、ご卒業おめでとうございました。
一年生になっても元気に過ごしてください!
今年は食の安全性が再認識された一年であり
ました。園児さんの食事を提供する立場から、
園児さんとご父兄様及び先生方に安心して頂け
る様、食材の原産地表示・弁当の放射線測定値
をお知らせさせて頂きました。

来年度も「園児さんの為に」「食の安心・安全」
をモットーに心を込め取り組んでまいります。
どうぞよろしくお願い致します。



ようちえん給食
店長 椎谷 潔
しいや きよし

アレルギー対応食について
卵・卵乳・乳の三種は対応可能です。
その他については、お電話とシートのお返し出しをしております。



郷土料理紹介 山口県 けんちょう

精進(しょうじん)料理としてよく作られますが、
山口県の郷土料理として、どこの家庭でも親しまれています。

作り方

料理方法は簡単で、大根と豆腐を油でいため、
しょうゆで味付けするだけです。
にんじん、油揚げ、さといも、こんにゃくなどを入れたりもします。
また、汁仕立てにしたものを「けんちょう汁」といいます。

けんちん汁とは具材も料理名の語感も類似しています。
ですが、両者の関連は不明です。
(けんちん汁は神奈川県鎌倉が発祥とされています)

できあがり直後よりも、
一晩おいたものを温め直したもの
の方が大根と豆腐に味がなじんで
美味しいといわれています☆



ぼくばくくん



3/14
メニュー

旬の食材 菜の花

栄養価の高い緑黄色野菜
βカロチンやビタミンB1・B2、
ビタミンC、鉄、カルシウム、カリウム、
食物繊維などの豊富な栄養素を
バランスよく含んでいます。



花言葉は
「ちいさな幸せ・快活」

★花はれぐと菜の花のまぜご飯★
炊きあがったごはんを、
花はれぐ、ごま、菜の花を混ぜるだけ!

菜の花は、ゆでて
2cm程度に切って
水気をよく絞り、
お醤油を振りかけて
なじませておきます。



ちょっとほろ苦い香の味



免疫力アップ
がん予防やかぜの予防
塩分バランスを保つ
高血圧の予防
貧血気味の方に

3/2 菜の花とあさりのスパゲティ
3/6 おひたし
3/14 菜の花と卵の炒め物

ようちえん給食のホームページには
使用食材の産地表示や放射線測定値を掲載しております。

ようちえん給食 F・C

ご意見・ご感想をお待ちしております
仙台市若林区鶴代町1-15



<http://www.yochien-kyushoku.jp>

TEL 022-782-0821

FAX 022-782-0822

栄養士 菱沼 彩
お客様係 伊藤 純子

