



春のやわらかな風とともに、今年度も残りわずかとなりました。年長さんはよいよ卒園です。赤ちゃんだった頃から、森のほいくえんの給食を食べてきた子どもたちの姿を見ると、「本当に大きくなったなー」としみじみ感じます♪野菜が苦手だった子どもたちも、卒園の頃には食べられるものが増えて、給食室もとてもうれしく思っています。お誕生会の日には、そら組さんのリクエストを取り入れた給食です♪他のクラスのお友だちもいろいろなのが食べられるようになり、みんな元気に進級・卒園ですね！

令和 8年 3月



献立予定表



日	曜	主 食	副 食	10時のおやつ	3時のおやつ	
				(1,2才)		
2	月	発芽玄米ごはん	チキンのチーズ焼き スパサラ 白菜のみそ汁 果物 (オレンジ)	牛乳	米粉のパナナスコーン スキムミルク	
3	火	ひな祭り ちらし寿司	鶏の照り焼き 《ひな祭り行事食》 菜の花の吸い物 フルーツ盛り	みかん缶	桜もち 牛乳	
4	水	炒り玄米ごはん	鮭のごま焼き ほうれん草とやしのナムル 高野豆腐のみそ汁 果物 (りんご)	ロールパン	ロックビスケット スキムミルク	
5	木	発芽玄米ごはん	スパニッシュオムレツ 切干ツナサラダ さつま芋のみそ汁 果物 (キウイ)	パン缶	ミニアメリカンドッグ 牛乳	
6	金	炒り玄米ごはん	なすと厚揚げのみそ炒め インディアンサラダ 大根のみそ汁 果物 (バナナ)	お菓子	じゃこ大豆 ココア	
7	土	🍷 愛情弁当 🍷				
9	月	発芽玄米ごはん	鶏肉から揚げ 小松菜と油揚げのお浸し 豆腐のみそ汁 果物 (オレンジ)	スキムミルク	レーズン入りチーズ蒸しパン 牛乳	
10	火	炒り玄米ごはん	ころころ野菜のキッシュ風 中華春雨サラダ ほうれん草のみそ汁 果物 (りんご)	食べるいりこ	ミルクプリン (いちごソース)	
11	水	発芽玄米ごはん	ポークビーンズ 磯辺和え 切干大根のみそ汁 果物 (バナナ)	お菓子	人参パウンドケーキ 牛乳	
12	木	炒り玄米ごはん	鮭のカップ焼き きゅうりのしらす和え 南瓜のみそ汁 果物 (キウイ)	牛乳	さつま芋クッキー スキムミルク	
13	金	トトロ野菜の カレーライス	マカロニサラダ 《お誕生会行事食》 ワンドンスープ 果物 (オレンジ)	みかん缶	フルーツロールサンド 牛乳	
14	土	🍷 愛情弁当 🍷				
16	月	発芽玄米ごはん	生揚げと野菜のなかよし煮 春雨の酢の物 切干大根のみそ汁 果物 (オレンジ)	お菓子	ホットビスケット スキムミルク	
17	火	発芽玄米ごはん	みそ松焼き 五目きんぴら かいわれのみそ汁 果物 (バナナ)	パン缶	たこ焼き風ポテト 牛乳	
18	水	炒り玄米ごはん	白身魚の梅みそ焼き 貝だくさん白和え 南瓜のみそ汁 果物 (りんご)	ロールパン	きなこクッキー スキムミルク	
19	木	発芽玄米ごはん	鶏のさっぱり煮 南瓜のごまサラダ 豆腐のみそ汁 果物 (オレンジ)	スキムミルク	大学芋 牛乳	
21	土	🌸 卒園式 🌸				
23	月	発芽玄米ごはん	すりみ揚げ きゅうりのポリポリ かいわれのみそ汁 果物 (オレンジ)	牛乳	パナママフィン 牛乳	
24	火	炒り玄米ごはん	肉じゃが 豆腐サラダ 白菜のみそ汁 果物 (バナナ)	お菓子	じゃこ大豆 ココア	
25	水	ロールパン	スパゲティミートソース 卵サラダ 野菜とベーコンのスープ 果物 (りんご)	食べるいりこ	みたらし団子 牛乳	
26	木	発芽玄米ごはん	豚肉の磯焼き 切干大根と糸昆布の煮物 じゃべつのみそ汁 果物 (バナナ)	みかん缶	南瓜の蒸しパン スキムミルク	
27	金	炒り玄米ごはん	鮭のオープン焼き 鉄分たっぷりツナサラダ 豆腐のみそ汁 果物 (オレンジ)	スキムミルク	サーターアングキー 牛乳	
28	土	発芽玄米ごはん	高野豆腐の卵とじ きゃべつのなめ茸和え さつま芋のみそ汁 果物 (バナナ)	牛乳	ヨーグルトあえ	
30	月	発芽玄米ごはん	チキンチャップ 春雨サラダ 白菜のみそ汁 果物 (オレンジ)	お菓子	ほうれん草とバナナの米粉ケーキ スキムミルク	
31	火	炒り玄米ごはん	魚の幽庵焼き しゃきしゃき炒め 南瓜のみそ汁 果物 (りんご)	パン缶	ピザトースト 牛乳	

できることが増えたよ♪

できるようになったことが書いてある
風船の中のマークを色塗りしてみよう！



- ♡ 手をきれいに洗えた
- 🚗 「いただきます」ができた
- 🍃 しっかり噛んで食べた
- 💎 苦手なものにチャレンジした
- ☆ みんなで楽しく食べた
- 🎀 「ごちそうさま」ができた

この1年でたくさんの「できた！」が増えましたね♪



これからも大切にしたいこと

- ① 食べることは、誰かの思いでできていること
育てる人、作ってくれる人、運ぶ人、多くの人の力で届いています。
「いただきます」「ごちそうさま」は、その思いへのあいさつです♪
- ② できないことは、まだ途中！
苦手なもの、難しいことがすぐにできなくても大丈夫です。
挑戦しようとする気持ちが一番大切な“成長の種”です。
- ③ 毎日の積み重ねが力になる
あいさつ、手洗い、よく噛む、食べ物を大切にしている気持ち。
小さな習慣の積み重ねが子どもたちの体と心を育てます。

食べる時間が楽しく、あたたかい時間でありませうに ♡