

日本のほぼ中央にあり、海・山・川・湖と自然に恵まれています。自然災害も少なく、温暖な気候で過ごしやすいと思いませんか？おいしいお茶を毎日飲んで幸せですね。



今月は静岡県から
あるさと急須

静岡県の煎茶は日本茶の三大銘茶の一つで、お茶の生産量は全体の40%を占め全国トップです。静岡は日本が誇る茶処です。昔から静岡県では煮だしたお茶で飲いた「茶飯」が食べられてきました。まさに茶所ならではの郷土料理です。

静岡県の郷土料理「茶飯」

【自分の量を完食しようありがとうお料理さん】
三月になりもうすぐ進級です。お子さんも自分で食べられる量がわかってきたことかと思えます。「いただきます」は魚や肉などの命をいただくという意味以外にもご飯を作ってくれた人、農家さん、漁師さん、スーパーの店員さんなど食事が出来るま関わった人たちにありがとうの気持ちも込めていただきますといえます。感謝の気持ちを込めて「いただきます」をし、残さず食べましょう。

令和元年度 3月号 <りのみ保育園>

(調味料は記載してありません)

日曜	行事	午前おやつ 未満児	主食	主 菜	副 菜	汁	物	午後のおやつ 全園児	
2月		牛乳 いちご	ご飯	はんぺんフライ (サニーレタス)	和風サラダ きゃべつ パプリカ 水菜 かまぼこ ごま	シチュー	鶏肉 人参 じゃが芋 玉葱 グリーンピース	ミルク オレンジ ソフトクリーム	
3月	ひな祭り、お茶会	牛乳 りんご	群飯	ちらし寿司 卵 ※ごま きゅうり じゃがいも	卵の炒め物 鶏肉 人参 グリーンピース おから 玉葱 グリーンピース	あさりの汁	あさり 大根 葱	カルピス ロールケーキ	
4月	耳鼻検診	牛乳 みかん	セリ ご飯	切り干し大根煮 鶏肉 切り干し大根 人参 油揚げ いんげん ※セリ	ポテトサラダ じゃが芋 きゅうり 人参 サラダ菜 グリーンピース ハム	かぶの味噌汁	かぶ きゅうり ほうろくにんじん	ミルク ケイイ 桜餅	
5月	身体測定 交流保育	牛乳 りんご	ご飯	魚の幽庵焼き 青魚 (ぶり) サニーレタス (納豆)	ゆかり和え きゃべつ セロリ ゆかり	白はんぺんの すまし汁	白はんぺん 水菜 玉葱	ヤクルト パナナ キキアムボックソーン	
6月	温水プール	牛乳 桃	うどん	キムチ鍋 豚肉 白菜 大根 人参 キムチ ちり	大豆サラダ パプリカ パプリカ	りんご	黒豆茶 人参 きな粉白玉	ヤクルト せんべい	
7月		果物	パン	野菜サンド 牛乳					
9月		牛乳 キウイ	ご飯	麻婆豆腐 豚肉 人参 豆腐 玉葱 グリーンピース	ナムル きゃんぱん パプリカ じゃがいも ごま	にら玉スープ	にら 卵 しめじ	ミルク はっさく クッキー	
10月		バナナ	ご飯	さんびらごぼう 豚肉 ごぼう 人参 はんぺん ピーマン じゃがいも	南瓜そぼろ煮 鶏肉 南瓜 いんげん	わかめの味噌汁	わかめ 玉葱 葱	ミルク みかん うどんソフト	
11月	ABC クラブ便	牛乳 オシロイ	あさり ご飯	魚の竜田揚げ 白身魚 生姜 (レタス) ※あさりの 三つ葉	群の物 きゃんぱん わかめ	豚汁	豚肉 大根 人参 じゃが芋 葱	コーヒーマル いちご	
12月		牛乳 バナナ	ご飯	ハンバーグ きのこソース 鶏肉 豚肉 卵 パン粉 玉葱 しめじ 椎茸 パセリ (ぶり) サニーレタス	ツナ和え きゃべつ 人参 ツナ	セロリスープ	玉葱 セロリ	ミルク いちご チーズボート	
13月	温水プール	ヤクルト	※手作りのランチ※						
14月		果物	パン	レタスサンド 牛乳					
16月		牛乳 ブルーベリー	ご飯	春野菜のかき揚げ 春菜 セリ 玉葱 さつま芋 人参 (レタス)	ごま和え きゃべつ 小松菜 ごま	きのこ汁	なめこ えのき しめじ	ミルク 糖 たこ焼き	
17月	お茶会	牛乳 りんご	ご飯	炒り豆腐 鶏肉 豆腐 玉葱 人参 椎茸 グリーンピース	春雨サラダ 春雨 水菜 ハム	納豆汁	納豆 玉葱 ちり	ミルク ケイイ チイラミス	
18月		牛乳 オシロイ	菜の花 ご飯	魚の味噌煮 青魚 生姜 (きゅうり) ※菜の花 卵	おひたし きゃんぱん 小松菜 さば節	けんちん汁	豚肉 大根 人参 ごぼう 葱	ミルク トマト お汁粉	
19月	防災訓練 お別れパーティー	バナナ	焼きそば パン	富士宮焼きそば 卵サンド 肉さす 豚肉 きゅうり 人参 さば節 青のり ハム 卵	マカロニサラダ クルーソウグラウト マカロニ きゅうり パプリカ ハム レタス キウイ グリーンピース	コーン ポタージュ	コーン パセリ	ほうじ茶 ミルク りんご ちんすこう	
21月		果物	パン	ポテトサンド 牛乳					
23月	役員会	牛乳 桃	ご飯	レタス炒め レタス 人参 玉葱 人参 (レタス)	酢味噌和え きゃんぱん じゃがいも わかめ	島田汁	大根 人参 椎茸 じゃが芋 絹さや 和菜	ミルク パン バナナチョコソフト	
24月		牛乳 りんご	ご飯	野菜の旨煮 鶏肉 大根 人参 竹筒 いんげん	白和え 豆腐 人参 椎茸 ごま 春菜 糸こんにゃく	きゃんぱんの 味噌汁	きゃんぱん 油揚げ 葱	ミルク みかん チーズトースト	
25月		カルピス	ご飯	ブルコキ風 牛肉 玉葱 人参 しめじ 春葱 (サラダ菜)	中華風サラダ レタス きゅうり きゃんぱん ハム	わかめスープ	わかめ えのき 春葱	ミルク オシロイ チヂミ	
26月		牛乳 キウイ	ご飯	鶏の照り焼き 鶏肉 生姜 (ぶり) サニーレタス	菜の花サラダ 菜の花 卵 きゅうり パプリカ サニーレタス チーズ	じゃが芋の 味噌汁	じゃが芋 玉葱 葱	黒豆茶 はっさく 静岡おでん	
27月		バナナ	茶飯	魚のムニエル 白身魚 (サニーレタス) ※煎茶	野菜ソテー じゃがいも きゅうり 人参 じゃがいも きゃんぱん	豆腐汁	豆腐 油揚げ 葱		
28月	卒園のついで	もち組以上の親子でくり組さんをお祝いします							
30月	来年度準備	果物	パン	クリームパン 牛乳				ヤクルト せんべい	
31月		果物	パン	ミックスサンド 牛乳					