



# 食育通信

平成31年3月  
たちばな幼稚園  
三田 慈愛

新

花もほころび始め、春の訪れを感じるようになりました。  
来月には進級するお子様、卒園して小学生になるお子様がおられます。  
幼稚園での給食ではたくさんのお野菜が登場して中には幼稚園に入るまでは  
苦手だった、食べられなかったお野菜が給食で好きになった！という声を  
かけてくれたり、人気のおかずのおかわりがなくて泣きながら給食室に  
きてくれたお子様もいて、とても微笑ましく感じる思い出が沢山できました。  
体も心も一年前とは見違えるほど大きくなったみんなが、食べることができる  
という自信をもって一つずつ進級し、大きく育つように願いを込めて給食を作ります！

## 今年度給食に取り入れた郷土料理

幼稚園での給食の献立は、和食の良さや大切さを知っていただくだけではなく、  
郷土料理や地場産物の使用などにより食文化を伝えたり、食べ物への感謝の気持ちを  
育てたりする「生きた教材」です。

今年度も、日本各地の郷土料理や、地場産物を活用した料理を取り入れました。  
これからも給食を通じて子どもたちの健康づくりと食文化の伝承のために充実させて  
いきたいと思えます。

郷土料理	広島
筑前煮風（九州北部）	ひろしまっこ汁（ちりめん）
奈良和え風（徳島県）	江波まき風（広島菜漬け）
豆腐チャンプルー（沖縄県）	お好み焼き風
いももち（北海道）	（ちりめん、オタフクソース）
けの汁風（青森県）	ドレみそレモン納豆（レモン）
鯖の煮食い風（島根県）	
きりざい（新潟県）	
※石狩鍋風（北海道）	

※8日に新メニューとして北海道の郷土料理「石狩鍋」を給食風にアレンジしたものが  
登場します。江戸時代から鮭漁が盛んに行われていた石狩地方の漁師たちの賄いご飯として  
広まり、具材には北海道ならではの野菜がたくさん入っていますよ。

1	金	人参黒ゴマごはん かぼちゃのいとこ煮 味噌汁 はくじゃこ納豆	発芽玄米 人参 黒ゴマ 醤油 みりん やくぜんだし かぼちゃ 小豆 黒砂糖 醤油 玉葱 人参 青ネギ 麩 味噌 白菜 人参 ちりめん 納豆 醤油
4	月	梅と切り昆布飯 二種の甘辛醤油炒め 味噌汁 さつまいも納豆	発芽玄米 カリカリ梅 切り昆布 やくぜんだし 油揚げ 切り干し大根 大根 人参 青葱 鯉節 醤油 みりん 玉葱 人参 もやし わかめ 味噌 さつまいも 納豆 醤油
5	火	きのこごはん ひじきポテトサラダ 味噌汁 菜の花納豆	発芽玄米 しめじ 人参 醤油 みりん やくぜんだし じゃがいも 人参 玉葱 ひじき 醤油 黒酢 玉葱 人参 青ネギ 木綿豆腐 味噌 菜の花 人参 小松菜 納豆 醤油
7	木	たけのこごはん 鯖の塩焼き 味噌汁 キムチ納豆	発芽玄米 たけのこ 人参 醤油 みりん やくぜんだし 鯖 塩 玉葱 人参 青ネギ さつまいも 味噌 大根 人参 もやし 納豆 醤油 キムチソース
8	金	高菜ごはん 石狩鍋風  すまし汁 かぼちゃ納豆	発芽玄米 高菜漬け 白ごま やくぜんだし 鮭 玉葱 キャベツ じゃがいも 人参 大根 春菊 干し椎茸 木綿豆腐 だし汁 味噌 みりん 玉葱 人参 えのき 青ネギ 薄口醤油 かぼちゃ 納豆 醤油
12	火	カレーライス	
13	水	キムタクごはん 高野豆腐の煮物 味噌汁 もやし納豆	発芽玄米 白菜 ツナ たくあん キムチソース 薄口醤油 高野豆腐 人参 玉葱 白滝 醤油 黒砂糖 みりん 玉葱 人参 えのき わかめ 味噌 もやし 人参 小松菜 納豆 醤油
14	木	いりごは おでん風 味噌汁 のりのピーンズ	発芽玄米 いりこ 大豆 醤油 みりん やくぜんだし じゃがいも 大根 人参 一口がんも 焼き豆腐 白滝 醤油 玉葱 人参 キャベツ 青ネギ 味噌 大豆 海苔 醤油 黒砂糖 片栗粉 オリーブ油
15	金	さつまいもごはん 麻婆豆腐 オニオンスープ じゃがビー納豆 みかんゼリー	発芽玄米 さつまいも 黒ゴマ 醤油 みりん やくぜんだし 木綿豆腐 きくらげ 玉葱 人参 青ネギ 生姜 味噌 片栗粉 玉葱 人参 麩 えのき 薄口醤油 じゃがいも ビーマン 納豆 醤油 みかん アガー
18	月	ゆかりごはん すき焼き風煮 味噌汁 たくあん納豆	発芽玄米 ゆかり キャベツ やくぜんだし 白菜 人参 玉葱 糸蒟蒻 ツナ 車麩 醤油 みりん 玉葱 人参 わかめ じゃがいも 味噌 キャベツ 人参 たくあん 納豆 醤油

※献立は食材の納品により変更する場合があります。

12日は誕生日会で保護者の方々、先生方がカレーを作ってくださいます。  
楽しみですね。

15日は卒園・進級おめでとうメニューとして  
「手作りみかんゼリー」がつきます。お楽しみに！