

3月の園だより

令和8年2月27日
— 之宮愛児園

早いもので今年度も残りわずかとなりました。この一年で一人ひとりが自分のペースで大きく、たくましく成長した姿にうれしさを感じています。
4月へ向けみんなで少しずつ準備をしながら、残りの日々も楽しみたいと思います。

《3月の保育目標》

乳児組 戸外で友だちや異年齢児と関わって遊ぶ
幼児組 進級・就学への期待をもつ



- 2日(月) 身体測定(もも・うめ・さくら)
- 3日(火) ひなまつり集会
- 4日(水) 身体測定(たんぽぽ)
- 5日(木) 身体測定(あか・ちゅうりっぷ)
- 6日(金) 3月生まれの誕生会
- 10日(火) 卒園式リハーサル
- 11日(水) お別れ会
- 13日(金) 卒園式

3月の身体測定は今年度最後となりますので、持ち帰られたカードはご家庭で保管して下さい。また、4月からはコドモンで測定の結果をご確認いただけます。測定カードの配布は行いません。詳細は4月の園だよりでお知らせします。

*卒園式について詳細は、さくらぐみのみマチコミにて配信いたします。
*卒園児以外の園児は平常通りの保育です。

- 18日(水) 自由画帳持ち帰り(たんぽぽ・もも・うめ)
- 19日(木) 布団・防災頭巾持ち帰り(あか・ちゅうりっぷ・たんぽぽ・もも・うめ)
(この日に天候や兄弟姉妹などで持ち帰りが難しい場合はお声がけください。
個別に対応致します)

☆さくらぐみは保育園最終日に布団を忘れずにお持ち帰りください。

さくらぐみのその他荷物の持ち帰り日は、卒園式のお知らせと共にお知らせします。

先日の保育園利用者アンケートにご協力をいただきましてありがとうございました。集計結果を正面玄関に貼り出しをしております。いただいたご意見や感想について職員間で話し合いを行いました。より良い保育園のために活用させていただきたいと思っています。今後ともよろしく願いいたします。

今年度も保護者の皆様から沢山のご理解やご協力をいただきながら、子どもたちと大切な時間を過ごすことができました。心より感謝いたします。ありがとうございました。



月	曜日	乳児組 午前おやつ 主食	献立名	材料および体内での働き			おやつ	栄養価(幼児) エネルギー 蛋白質 脂質 塩分	行事 および 連絡事項
				血や肉に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの			
2月	2	かし 牛乳	麦ご飯 心かれの煮つけ 細切昆布の和え物 のっぺい汁☆	かれい 卵 豆腐 かにかまぼこ	米 麦 油 里芋	細目昆布 きゅうり 人参 大根 長葱 ごぼう 小松菜	アメリカンドック風 ケーキ カルピス	528(582) 20.7(24.2) 13.1(20.1) 2.4(1.8)	3日 ひな祭り
3	3	かし 麦茶	ちらし寿司 心鶏肉のから揚げ ブロッコリーサラダ すまし汁☆	卵 鶏肉	米 花麩 油	人参 かんぴょう 干しいたけ ブロッコリー えのき茸 わかめ	さくらもち 牛乳	517(511)21.7(20.2) 16.6(13.8)1.3(2.2)	
4	4	かし 牛乳	心カレーライス きゃべつのツナ和え 心ヨーグルト	豚肉 ちくわ ヨーグルト	米 油 ごま じゃが芋	玉葱 人参 きゃべつ 干しぶどう	きなこバターサンド 牛乳	630(545) 23.1(19.6) 16.7(13.5) 1.4(1.3)	6日 誕生日会
5	5	果物 豆乳	ご飯 豚肉のはちみつ生姜焼き 心ごぼうの甘唐揚げ 春雨スープ	豚肉 ハム	米 はちみつ 春雨	生姜 玉葱 きゃべつ 人参 干し椎茸 パプリカ チンゲン菜 ごぼう きゅうり	心チャーハン 牛乳	596(559)22.2(20.7) 18.2(17.4) 1.8(1.5)	
6	6	かし 牛乳	ご飯 心みそカツ 心中華風酢の物 みそ汁☆	豚肉 卵 ハム 油揚げ	米 油 ごま 春雨 ごま油	きゅうり 人参 もやし きゃべつ	カステラケーキ ピーチャクルト	638(604) 25.5(23.8) 17.2(16.8) 1.7(1.6)	11日 お別れ会
7	7	かし 牛乳	ビーフン炒め(カレー風味) 豆腐とわかめのみそ汁	豚肉 豆腐	油 ビーフン	きゃべつ 人参 もやし ピーマン 玉葱 カレー粉 じゃが芋 かつお	黒糖ロールパン せん べい 牛乳	447(465) 17.0(17.9) 12.5(15.3) 1.7(1.5)	
9	9	果物 豆乳	麦ご飯 さわらの煮つけ 心ポテトサラダ かきたま汁☆	さわら 卵 ハム	米 麦 じゃが芋	きゅうり 人参 わかめ コーン缶 小松菜	アップルヨーグルトパ ンケーキ 牛乳	603(562) 25.5(23.2) 18.7(17.7) 1.9(1.6)	13日 卒園式
10	10	かし 牛乳	麦ご飯 心すき焼き風煮 心チーズ入りサラダ オレンジ	豚肉 焼き豆腐 油揚げ チーズ	米 麦 油	白菜 人参 長葱 春菊 えのき茸 しらたき 干し椎茸 きゃべつ きゅうり オレンジ	心大学芋 牛乳	599(567) 21.3(20.3) 18.5(18.6) 1.7(1.5)	
11	11	かし 牛乳	チキンライス 心ミートローフ ブロッコリー いちご	鶏肉 卵 豆腐 豚挽肉 脱脂粉乳	米 油	玉葱 ひじき グリンピース 人参 コーン缶 ブロッコリー いちご	せんべい クッキー あんぱんまんジュース	497(488) 19.6(19.0) 15.0(15.9) 1.2(1.1)	13日 卒園式
12	12	かし 麦茶	ご飯 心揚げぎょうざ 人参しりしり みそ汁☆	ギョウザ 卵 ツナ缶	米 油	人参 大根 えのき茸 わかめ	ジャム&マーガリン ドック 牛乳	619(526) 21.2(17.5) 21.8(17.5) 1.8(1.6)	
13	13	かし 牛乳	心焼きそば 心ひじきの炒り煮 パナナ	豚肉 桜エビ 油揚げ	油 焼きそば	きゃべつ 人参 もやし ピーマン 青のり ひじき しらたき グリンピース パナナ	ハムロールパン せん べい 牛乳	532(514) 19.1(18.5) 14.3(15.3) 1.7(1.5)	17日 お別れ会
14	14	かし 牛乳	スパゲティナポリタン コンソメスープ	豚挽肉 豆腐	油 スパゲティ	玉葱 人参 しめじ ピーマン わかめ	甘食パン せんべい 牛乳	441(441) 17.4(17.2) 11.3(12.9) 1.5(1.3)	
15	15	果物 豆乳	麦ご飯 かじきのケチャップ風味揚げ 和風サラダ みそ汁☆	かじき 茹大豆 豆腐	米 麦 油 さつま芋	人参 きゅうり れんこん 大根 玉葱	心野菜ポッキー 牛乳	569(535) 24.2(22.1) 19.4(18.3) 1.9(1.6)	17日 お別れ会
17	17	かし 牛乳	ご飯 お好み焼き風卵焼き マカロニ風ナポリタン オレンジ	豚挽肉 卵 ウインナー	米 油 小麦粉 マカロニ	きゃべつ 人参 玉葱 青のり ピーマン コーン缶 エリンギ オレンジ	きなこおはぎ 牛乳	557(529)18.7(18.2) 14.9(14.9) 1.0(1.0)	
18	18	かし 牛乳	麦ご飯 心煮込みハンバーグ 心じゃがみそ 心コーンクリームスープ	豚挽肉 卵 豆腐 牛乳	米 麦 ごま 油 じゃが芋	玉葱 青のり コーン缶 コーンクリーム缶	心むらさき芋あんぱ ん 麦茶	560(536)19.8(19.1) 17.5(17.8) 1.9(1.7)	19日 お別れ会
19	19	かし 麦茶	ご飯 厚揚げの肉巻き煮 大根と油揚げの酢の物 みそ汁☆	豚肉 厚揚げ 油揚げ	米 ごま	生姜 大根 人参 きゅうり 白菜 玉葱 かつお	心寒天/ハハロア せん べい 牛乳	565(497)22.4(18.9) 20.9(17.2) 1.9(1.3)	
21	21	かし 牛乳	カレーうどん さつま芋の甘煮	豚肉 厚揚げ	油 さつま芋 うどん	玉葱 人参 しいたけ ブロッコリー	心デニッシュパン せん べい 牛乳	525(503)17.3(17.0) 12.8(13.2) 3.5(3.0)	23日 お別れ会
23	23	かし 豆乳	麦ご飯 鮭の煮つけ 心ミモザサラダ キラキラスープ	鮭 卵 鮭	米 麦 じゃが芋 麩	生姜 きゃべつ 人参 きゅうり コーン缶 わかめ	バナナブレッド 牛乳	585(551)23.1(21.6) 18.6(17.7) 1.9(1.7)	
24	24	かし 麦茶	心豚肉の甘辛丼 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁☆	豚肉 厚揚げ	米 油	玉葱 しらたき きゅうり わかめ 人参 いんげん 白菜	りんごゼリー せんべ い 牛乳	456(396)21.2(17.6) 15.3(12.3) 2.4(2.1)	25日 お別れ会
25	25	かし 牛乳	ホットパン 心チリコンカン 人参サラダ ヨーグルト	豚挽肉 チーズ 茹大豆 ヨーグルト	パン 油 じゃが芋	玉葱 人参 大根 人参 ヒーマントマト 缶 カレー粉 干しぶどう オレンジ	心ポテたこ焼き 牛乳	570(552)25.9(24.1) 20.5(20.3) 2.1(1.8)	
26	26	かし 牛乳	心ぎつねうどん 心さつま芋の天ぷら パナナ	鶏肉 油揚げ	うどん さつま芋	玉葱 人参 小松菜 干し椎茸 パナナ	心生妻焼きおにぎ り 牛乳	558(529)20.6(19.7) 15.9(15.7) 2.2(1.9)	28日 お別れ会
27	27	かし 麦茶	食パン 心マカロニグラタン ブロッコリーのおかか和え オレンジ	鶏肉 脱脂粉乳	パン 油 マカロニ	玉葱 人参 しめじ コーン缶 グリンピース マッシュルーム缶 ブロッコリー オレンジ	心玄米フレーク せんべ い 牛乳	483(417)20.1(16.7) 11.1(9.0) 2.1(1.8)	
28	28	かし 牛乳	野菜ラーメン かぼちゃの甘煮	豚挽肉 なると	油 ラーメン	白菜 人参 もやし 玉葱 かぼちゃ	せんべい クッキー 牛乳	468(461)17.5(17.2) 9.0(11.1) 2.9(1.9)	30日 お別れ会
30	30	果物 豆乳	麦ご飯 心ぶりの洋風煮 心納豆和え 中華風卵スープ	ぶり 卵 納豆 鶏肉	米 麦 春雨 バター じゃが芋	人参 ほうれん草 もやし 生姜 にんにく 玉葱 きゃべつ	心プリン せんべい 牛乳	582(557) 26.5(24.4) 19.9(19.2) 2.4(2.0)	
31	31	かし 牛乳	ご飯 心八宝菜 高野豆腐の煮つけ オレンジ	えび ぼたて 豚肉 なると 高野豆腐	米 油	白菜 人参 玉葱 菊水煮 もやし オレンジ	フライドポテト 牛乳	615(579) 25.6(23.7) 22.1(21.5) 1.7(1.5)	

一緒に楽しく朝ごはん

朝は忙しく、一緒に座って食べることが一番むずかしい時間かもしれません。しかし、短い時間でも落ち着いて顔を見ながら一緒に食することで、子どもの様子を知ることができ子どもにとっては心の安定にもつながるでしょう。

ばくばくレシピ! 「チリコンカン」

<材料1人分>
 茹大豆...25 鶏ガラスープ...0.2
 豚挽肉...20 カレー粉...0.07
 玉葱...35 ケチャップ...10
 にんにく...0.05 トマト缶...5
 油...0.12 トマトジュース...4
 じゃが芋...40 砂糖...0.2
 人参...12 コンソメ...0.4

<作り方>
 ①玉葱とにんにくはみじん切、じゃが芋、人参、ピーマンは1cmくらいの角切にする。
 ②鍋に油を熱し玉葱、にんにくを炒め透き通ってきたら挽肉を加えて炒め、さらに野菜も加える。
 ③しばらく煮たら、カレー粉を加えてひと混ぜし、トマト缶、トマトジュース、ケチャップ、水、がらスープを加え煮込む。
 ④味を調え、汁気がなくなったら火をとめる。

3歳以上児平均提供栄養量・(0未満児：エネルギー550(17)・蛋白質21.5(20.0)・脂質16.5(16.0)・食塩1.9(1.7)

◇汁ものに☆がついている日は、みそ汁にははしとかつお節の混合だしをすまし汁には昆布とかつお節の混合だしを作っています。◇マークがついている日はリンクエストメニューです。食材の都合で献立を変更する場合があります。