



きゅうしょくだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和7年3月 蟹ヶ谷保育園

旬の食材

さわら

さわらは、スズキ目サバ科の海水魚の一種です。姿は細長く大型で、身が軟らかく、くせのない味わいが特徴です。成長するにしたがって、さごし、なぎ、さわらと呼び名が変わる出世魚です。古くからお祝いの席などで多く利用されてきました。

新献立

かわさき揚げ餃子 特製みそ添え

市制100周年記念献立として餃子をみそダレで食べるかわさきグルメを再現しました。子どもが食べやすいように、ラー油のかわりに胡麻油を使用しています。



献立の紹介

春のお彼岸に合わせて、「ぼたもち」を取り入れました。お彼岸とは、年に2回、3月と9月に、お墓参りやお供えをすることで、ご先祖様を供養する日を意味します。

お彼岸には、仏壇に「ぼたもち」や「おはぎ」をお供えする風習があります。春に美しく咲くぼたんの花をイメージして作るのが、「ぼたもち」です。

保育園では、米ともち米を混ぜて炊き、軽くついて丸めて、まわりにあんこや黄名粉をまぶして手作りしています。



3月3日はひなまつり会食

子どもたちの健やかな成長を願うひなまつり。
3月3日にひなまつり会食を提供します。
メニューは鯖そぼろのちらしごはん・松風焼き・
香り和え・花麩と菜の花が入った清汁・清見柑です。
おやつにはさくらもち・ひなあられがでます。
楽しみにしていてくださいね！



3月13日はリクエスト会食

5歳児クラスによるリクエスト献立。ジャムサンド、魚のオーロラソースかけ、フレンチサラダ、豆乳コーンスープ、りんごに決定しました。子どもたちから、各々好きな給食の名前が出ていましたが、栄養の事も考え、食べたい給食を決定してくれました。もうすぐ、卒園。毎日おかわりもたっぷり食べてくれたばら組（5歳児）の子ども達が、リクエスト献立も楽しみに、そしてたくさん食べてくれると嬉しいです。

★献立表を確認していただき、アレルギーなど心配な食材はご家庭で試してください。

★食事に関するご相談や給食のレシピを知りたい！などありましたら、いつでも栄養士にお声かけください。

イラスト出典：メイト