

4月給食だより

H30, 4, 2



月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
かき玉汁 もやし胡麻酢和え 蒟蒻の炒り煮 バナナ、牛乳	ちくわの磯辺揚げ コールスローサラダ 厚揚げ煮 牛乳	肉じゃが 青梗菜とわかめの 酢の物 いよかん、牛乳	えび入り卵焼き 小松菜おかか和え ひじきと大豆の炒め煮 牛乳	鮭の塩焼き ポテトサラダ 春雨炒め煮 牛乳	麻婆丼 ほうれん草ソテー バナナ 牛乳
9	10	11	12	13	14
小魚ポリポリ スキムミルク	クラッカーサンド スキムミルク	ぼたぼた焼き スキムミルク	ポテコ スキムミルク	ふかし芋 スキムミルク	キャラメルコーン
16	17	18	19	20	21
親子煮 ブロッコリーサラダ バナナ 牛乳	マカロニグラタン 青梗菜おかか和え がんも含め煮 牛乳	赤魚のカレー煮 春雨酢の物 ジャーマンポテト 牛乳	肉豆腐 ほうれん草サラダ りんご 牛乳	五目卵焼き ブロッコリーと大豆 のサラダ、ミニトマト 佃煮海苔、牛乳	焼きそば わかめスープ バナナ 牛乳
23	24	25	26	27	28
えび満月 スキムミルク	フルーツヨーグルト スキムミルク	どら焼き スキムミルク	大豆スコーン スキムミルク	ぱりんこ スキムミルク	こんがりサクサク
29	30	今月のクッキング			
		25日 ぞうぐみ よもぎ団子づくり			

今月の目標

- ひよこぐみ 安心した環境の中で食事をする。
- あひるぐみ 好きな物をスプーンや手づかみで食べ、楽しんで食事をする。
- りすぐみ スプーンやフォークを使って最後まで自分で食べようとする。
- うさぎぐみ 保育者や友だちと一緒に楽しく食事をする。
- きりんぐみ 楽しい雰囲気の中で、最後まで自分で食べようとする。
- ぞうぐみ 食事のマナーを知り、意識して食べる。

食育だより

春らしい暖かな季節となりました。ご入園、ご進級おめでとうございます。旬の食材を使った献立や手作りのおやつなどのレシピや子どもたちがクッキングをしている様子などをお伝えします。

春の旬の野菜はたくさんありますが、身近な野菜で春キャベツを使った豚汁を紹介します。

春の豚汁

材料（4人分）

- 春キャベツ 1/2個
- 豚肉 100g
- もやし 1袋
- 人参 1本
- たけのこ 1/2個
- 油揚げ 1枚
- 青葱 2本
- 味噌 適量
- だし汁

作り方

- 1) だし汁の中に人参、たけのこを入れて柔らかくなるまで煮る。
- 2) 豚肉、もやし、油揚げを入れてお肉に火が通ったらキャベツを入れて煮る。
- 3) 最後に味噌で味付けをして、青葱を入れて出来上がり。

