

4月給食だより

2022.4.1

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|--|---|---|------------------------------|
|  | | | | 1 | 2 |
| | | | | 高野豆腐のふわふわ煮 ほうれん草海苔和え オレンジ 牛乳 | 他人丼 じゃがマヨおかか バナナ 牛乳 |
| | | | | ポンスケ スキムミルク | ビスコ 牛乳 |
| | | | | 4 | 5 |
| クリームシチュー こまつなサラダ ゆで卵 バナナ 牛乳 | ちくわの磯辺揚げ まめごまサラダ かぼちゃのチーズ焼き 牛乳 | えび入り卵焼き きゅうり酢の物 じゃがいもと野菜の含め煮 牛乳 | 赤魚のホイル焼き フレンチサラダ がんと含め煮 牛乳 | 肉豆腐 もやしの胡麻酢和え オレンジ 牛乳 | 焼きそば わかめスープ バナナ 牛乳 |
| ベジタベ スキムミルク | ジャムサンド スキムミルク | どら焼き スキムミルク | 黒ゴマクッキー スキムミルク | たつまき スキムミルク | 星たべよ 牛乳 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| おでん ブロッコリーサラダ バナナ 牛乳 | 豆腐ハンバーグ ツナサラダ 切干大根煮 牛乳 | 赤魚の竜田揚げ 春雨酢の物 五目豆煮 牛乳 | 肉じゃが 青梗菜おかか和え 佃煮海苔 オレンジ 牛乳 | 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ かぼちゃ煮 牛乳 | 醤油ラーメン 青梗菜炒め バナナ 牛乳 |
| パーベキュー味 スキムミルク | ピザトースト スキムミルク | ぼたぼた焼き スキムミルク | 大豆スコーン スキムミルク | バナナヨーグルト スキムミルク | うまい棒 牛乳 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 春の豚汁 スパゲティサラダ さつまいもレモン煮 バナナ 牛乳 | 鯖のカレー煮 ほうれん草胡麻和え 蒟蒻炒り煮 りんご 牛乳 | マカロニグラタン ブロッコリーと大豆のサラダ 厚揚げ煮 牛乳 | 麻婆豆腐 キャベツ酢の物 オレンジ 牛乳 | ポテトミートオムレツ ほうれん草サラダ 高野豆腐含め煮 牛乳 | 玉子とじうどん 野菜炒め バナナ 牛乳 |
| 野菜かりんとう スキムミルク | おにぎり スキムミルク | スナックえんどう スキムミルク | もちもちパン スキムミルク | ポテコ スキムミルク | 雪の宿 牛乳 |
| 25 | 26 | 27 | 28(誕生会) | 29 | 30 |
| 大豆カレー 福神漬け 和風サラダ バナナ 牛乳 | 赤魚の味噌マヨネーズ焼き 青梗菜酢の物 ひじきと大豆の炒め煮 牛乳 | 鶏の唐揚げ 変わりお浸し 切り昆布の炒め煮 りんご 牛乳 | 鱈のフライ ポテトサラダ ブロッコリー-昆布和え オレンジ 牛乳 |  | 木の葉丼 青梗菜胡麻和え バナナ 牛乳 |
| ポリンキー スキムミルク | 五平餅 スキムミルク | リッツ スキムミルク | お豆腐焼きドーナツ スキムミルク | | まがりせんべい 牛乳 |



食育だより



ご入園、ご進級おめでとうございます。
 こども園での給食が楽しいものになるように調理室も頑張ります。
 お家で困った事や、食事に関する相談など声をかけてくださいね。

☆ランチルームの前に今日の給食の
 展示と食材を掲示しています☆

今日はどんな給食を食べたのかな、
 何が入っているのかな、などお迎え
 の際にお子さんと会話しながら見て
 いただけたらと思います。

☆朝ごはんを食べましょう☆

朝食は1日の生活のスタートです。
 朝起きた時の体はエネルギー不足で体温も
 低い状態です。
 朝ごはんを食べることで体温が上がり、
 眠っていた脳や体にスイッチが入ります。
 朝ごはんを食べないとボーッとしたり、
 イライラしたり、元気に遊ぶことができません。
 しっかり食べて元気に過ごしましょう！

今月の目標

- あひるぐみ フォークや手づかみで楽しんで食べようとする。
- りすぐみ 友だちとの食事を楽しむ。
- うさぎぐみ フォークを使って最後まで食べようとする。
- きりんぐみ 友だちと一緒に食べることを楽しみ、自分で最後まで食べようとする。
- ぞうぐみ 当番活動で食事に必要な準備をしたり、メニュー貼りを通して献立、材料への興味を高める。友だちと一緒に食事することを楽しむ。

