

4月予定献立表



日	曜	3歳未満児		副食	午後おやつ
		午前おやつ	主食		
1	火	牛乳 クラッカー	食パン	肉団子 ブロッコリー とうもろこしのスープ 国産みかんゼリー	牛乳 クッキー
2	水	牛乳 ウエハース	ごはん (ハヤシライス)	ハヤシライス きゅうりのナムル 型抜きチーズ	牛乳 おかき
3	木	牛乳 えびせん	ごはん	鮭の塩焼き 大根のそぼろ煮 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 源氏パイ
4	金	ヨーグルト	ごはん	豚肉の生姜焼き 千切りキャベツ 春雨とにらのスープ バナナ	牛乳 ビスケット
5	土	お茶 おかき	ごはん (中華丼)	中華丼 たたききゅうり オレンジ	まめびよ(バナナ) せんべい
7	月	牛乳 ビスケット	ごはん	カレーの煮付け 小松菜の胡麻和え じゃがいもの味噌汁	きになる野菜 アップル&キャロット ほしのおせんべい
8	火	牛乳 1才からの サッポロポテト	ごはん	クリームシチュー ウィナー キャベツのごま酢和え	牛乳 米粉クッキー
9	水	牛乳 クッキー	ごはん	肉じゃが 厚焼卵 きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 やわらかおかき (きなこ味)
10	木	牛乳 せんべい	ごはん	鮭フライ ブロッコリーサラダ チンゲン菜とベーコンのスープ 型抜きチーズ	牛乳 ウエハース
11	金	牛乳 おかき	ロールパン	照り焼きチキン スpaghettiサラダ えのきのすまし汁 いちご	国産ももゼリー
12	土	お茶 せんべい	ごはん	いなりうどん きゅうりのおかか和え バナナ	ぶどうジュース おかき
14	月	牛乳 ビスケット	ごはん	すき焼き風煮 スティック野菜 オレンジ	牛乳 ☆おやつサンド
15	火	牛乳 クラッカー	ごはん	さばの竜田揚げ 粉吹きいも 小松菜の味噌汁 型抜きチーズ	ソファールヨーグルト
16	水	牛乳 ウエハース	ごはん (カレーライス)	カレーライス コールスローサラダ バナナ	牛乳 ひじきせんべい
17	木	みかんヨーグルト	ロールパン	焼きそば 豆腐シューマイ わかめスープ	牛乳 ミニフィッシュ
18	金	牛乳 えびせん	ごはん	19日は食育の日 楽しく食べよう ハンバーグ マカロニツナサラダ ブロッコリー 白菜スープ	お茶 原宿ドッグ (チーズ)
19	土	お茶 おかき	ごはん (豚丼)	豚丼 キャベツの即席漬け オレンジ	まめびよ(ココア) せんべい
21	月	牛乳 1才からの サッポロポテト	ごはん	鶏肉の卵とじ きゅうりのおかか和え バナナ	牛乳 玄米ぼんせん
22	火	牛乳 ビスケット	(誕生会)	たけのこごはん 鶏肉のから揚げ キャベツの即席漬け えのきのすまし汁 いちご	お茶 いちごのクレープ
23	水	牛乳 おかき	ごはん	五目ラーメン 春巻 オレンジ	牛乳 さつまいもチップス
24	木	ヨーグルト	ごはん	ちくわの磯辺揚げ 洋風きんぴら 大根の味噌汁	牛乳 せんべい
25	金	牛乳 ウエハース	ごはん	トンカツ 千切りキャベツ とうもろこしのスープ スティックチーズ	☆フルーツポンチ
26	土	お茶 せんべい	ごはん (ハヤシライス)	ハヤシライス スティック野菜 バナナ	みかんジュース おかき
28	月	牛乳 えびせん	ごはん	高野豆腐入り五目煮 ほうれん草のベーコン炒め 型抜きチーズ	お茶 ミニバームクーヘン
30	水	お茶 クッキー	食パン	白身魚の香草パン粉焼き 切干大根サラダ ベーコンとねぎのスープ オレンジ	牛乳 芋棒

暖かな春風に包まれ、入所・入園・進級の日を迎えました。お子様のご入所・ご入園・ご進級おめでとうございます。職員一同もこの日を迎えることができ、嬉しく思っています。保育所・こども園では、旬の食材を使った安全でおいしい給食を提供して参りますので、どうぞ宜しくお願いいたします。

保育所・こども園での食事に慣れるために

初めのうちは、子どもたちも新しい環境の中で過ごすことに、わくわくした気持ちを持つ反面、不安感があったり緊張していることもあると思います。みんなで食事することの楽しさを感じられるように、保育者や調理担当者で協力して進めていきたいと思ひます。



朝ごはんを食べましょう

- 朝食は、体にプラスなことばかりです。
- 体温を上げることで体が活動的に。
 - 血糖値を上げて脳にエネルギーを。
 - 噛むことで、脳が目覚める。
 - 1日の食品数が増える。

おうちで作ってみましょう

フルーツポンチ

4月25日の献立

【材料】(子ども5人分)

- ・水・・・200ml
- ・砂糖・・・20g
- ・バナナ・・・1本半
- ・みかん缶・・・100g
- ・パイナップル缶・・・100g

【作り方】

- ① 鍋に分量の水と砂糖を入れて火にかけ、砂糖が溶けたらボウルやバットに移し替え、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。
- ② バナナは5mm程度にスライスし、パイナップル缶は1/8程度にカットする。
- ③ ボウルに②とみかん缶を入れ、①のシロップと缶詰のシロップを量や甘さをみながら加える。
- ④ 器に盛り付けて完成。

※作ったシロップに加えて缶詰のシロップもお好みで加えることにより、酸味と甘みが加わり爽やかな味わいになります。シロップの代わりにサイダーやカルピスを入れてもおいしいですよ。フルーツはこの他にもいちごやキウイ等を入れると見た目が華やかになります。色々アレンジができるおやつなので、ぜひおうちでも作ってみてくださいね。

※4月1日は希望登所(園)です。申し込みのあった方に給食を用意しています。

※3歳以上児は主食(ごはん)を持参してください。行事により必要ない日もあります。

※午後のおやつ☆印は手作りおやつです。

※都合(行事等)により各保育所(園)で献立を変更することがあります。ご了承下さい。