



4月献立表



月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
	チーズ入り厚焼き卵 ミネストローネ 果物 十六穀米 <3時のおやつ> レーズン入り蒸しパン・牛乳 <10時のおやつ> シスコーン・牛乳	厚揚げのそぼろあんかけ キャベツのあっさり和え いりこ 十六穀米 <3時のおやつ> 牛乳かん・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	魚の洋風焼き 田舎風ミルクスープ 果物 十六穀米(ごま塩) <3時のおやつ> うくいすあんぱん・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	お弁当の日 <3時のおやつ> 雪の宿・野菜ジュース <10時のおやつ> ビスケット・牛乳	焼きそば さつまい入味噌汁 果物 <3時のおやつ> ハーベスト・牛乳 <10時のおやつ> ウエハース・牛乳
	8	9	10	11	12
魚のマヨネーズ焼き 栄養すいとん 果物 十六穀米(わかめ) <3時のおやつ> 青菜入りおかずパン・牛乳 <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳	けんちん煮 胡瓜の酢の物 ヤクルト 十六穀米(ゆかり) <3時のおやつ> マカロニあべかわ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶	味噌焼き肉 大根スープ 果物【セレクト】 十六穀米 <3時のおやつ> ココナッツサブレ・牛乳 <10時のおやつ> 黒棒・牛乳	チキンカレー ツナサラダ 十六穀米 <3時のおやつ> フルーツヨーグルト・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	ひじき入り厚焼き卵 チンゲン菜のスープ いりこ 十六穀米 <3時のおやつ> ジャムサンド・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	牛丼 もずくスープ 果物 十六穀米 <3時のおやつ> 丸ほうろ・チーズ・牛乳 <10時のおやつ> クラッカー・牛乳
15	16	17	18	19	20
竹輪の二色揚げ 五目汁 果物 十六穀米(のり佃煮) <3時のおやつ> ツナコーントースト・牛乳 <10時のおやつ> ウエハース・牛乳	ポテトオムレツ 豆腐と若布のすまし汁 果物 十六穀米(しらす) <3時のおやつ> 豆パン・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	豆腐の和風炒め 春雨サラダ いりこ 十六穀米 <3時のおやつ> ハウムクーヘン・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	魚のオーロラソースかけ 野菜入り若布スープ ミニトマト 十六穀米 <3時のおやつ> ヨーグルト・バナナ・牛乳 <10時のおやつ> シスコーン・牛乳	すき焼き風煮 大豆入り和風サラダ 果物 十六穀米(ごま塩) <3時のおやつ> 中華風蒸しカステラ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	親子うどん もやしと若布のソテー 果物 <3時のおやつ> オレオ・牛乳 <10時のおやつ> ビスケット・牛乳
22	23	24	25	26	27
ジャージャー豆腐 海藻サラダ 果物【セレクト】 十六穀米(かつお節) <3時のおやつ> いとこ蒸しパン・牛乳 <10時のおやつ> クラッカー・牛乳	ツナエッグ きのこスープ いりこ 十六穀米 <3時のおやつ> りんご・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	肉じゃが しらす入り酢の物 果物 十六穀米(ゆかり) <3時のおやつ> フレンチトースト・牛乳 <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳	竹の子ご飯 魚の白味噌焼き さやえんどうのスープ おひたし <3時のおやつ> いちごヨーグルトムース・ミルクココア <10時のおやつ> 果物・牛乳	大豆入りクリームシチュー ホーランドサラダ ヤクルト 十六穀米(わかめ) <3時のおやつ> かりんとう・牛乳 <10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶	卵と春雨の炒め物 豆乳スープ 果物 十六穀米 <3時のおやつ> ぼたぼた焼き・牛乳 <10時のおやつ> 黒棒・牛乳
29	30	<div style="text-align: center;"> <p>いただきます!</p> <p>園では食事の前に、次のようなあいさつをして給食をいただいています。</p> <p>(食前の言葉)</p> <p>み光のもと われいま幸いに この清き食を受く いただきます。</p> </div>			
昭和の日	マカロニカレーキッシュ アスパラスープ いりこ <3時のおやつ> 味噌まんじゅう・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳				

ご入園・ご進級 おめでとうございます

子ども達は、新しくスタートする園生活に胸をときめかせていることでしょう。

2日から給食が始まります。楽しい雰囲気の中で良い食習慣を身につけると共に、食べる事の大切さを知り、食べ物への感謝の気持ちを養ってほしいと思います。

《 給食のお知らせ 》

- 10日(水)・22日(月) セレクトメニュー(ゆり・すみれ)
※自分が選んだものを食べられる楽しみを目的とします。
- 25日(木) お誕生会
- 骨と歯を強くする為
週に一度“いりこ”を出します。

いってきます!

朝ごはんを食べよう!

- * 朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身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、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量が多すぎると食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかり食べましょう!