



給食だより 献立表 4月



実施日	曜日	3歳未満児 10時のおやつ	昼食献立	3歳未満児 加算食	3時のおやつ	エネルギー<kcal> ()は3歳未満児
15	土	牛乳 菓	けんちんうどん 焼きポテト 果物		牛乳 菓	520.8 (491.2)
17	月	牛乳 菓	肉じゃが 青菜のしらすあえ 果物		牛乳 おにかおにぎり	613.9 (517.7)
18	火	牛乳 バナナ	魚の塩焼き 春野菜のきんぴら ひじきひりかけ		牛乳 菓	581.4 (447.0)
19	水	牛乳 菓	マーボー豆腐 ナムル 果物		牛乳 みたらしじゃが団子	597.8 (501.7)
6	木	牛乳 菓	おにぎり ブロッコリーの塩ゆで ハンバーグ ポテトサラダ 果物		牛乳 菓子 チーズ	651.3 (553.8)
20	木	牛乳 菓	鶏肉の磯部揚げ 千草あえ 小魚佃煮		牛乳 菓子 チーズ	610.5 (516.0)
21	金	牛乳 菓	豚肉の生姜炒め 粉ふきいも みそ汁	果物	牛乳 シュガーサンド	602.8 (513.7)
22	土	牛乳 菓	スパゲティナポリタン じゃがいものフレンチサラダ 果物		牛乳 菓子	483.1 (464.3)
24	月	牛乳 菓	鶏肉のごまみそ焼き 青菜と切干大根の和え物 すまし汁		牛乳 豆乳バナナケーキ	589.1 (492.7)
11	火	牛乳 菓子	☆お楽しみ会献立☆ お子様ランチ 豆腐スープ 果物		牛乳 菓子	627.9 (523.2)
25	火	牛乳 菓子	煮魚 春キャベツの和え物 納豆		牛乳 菓子	604.7 (465.6)
12	水	牛乳 菓子	カレーライス コールスローサラダ 果物		牛乳 メロンパン	647.8 (541.6)
13	木	牛乳 菓子	筑前煮 もやしとわかめの酢の物 果物	菜めし	牛乳 小魚の甘辛菓子	620.0 (524.6)
14	金	牛乳 菓子	ポークビーンズ 果物 スナップエンドウとツナのサラダ		牛乳 りんごゼリー	597.3 (501.3)

ご入園、ご進級おめでとうございます

給食では、「おいしく食べること」「人と食事を楽しむこと」ができるように日々の生活と遊びの中で、意欲的に食に関わる体験を積み重ねることを大切にしています。今年度も安全安心でおいしい給食を提供していきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

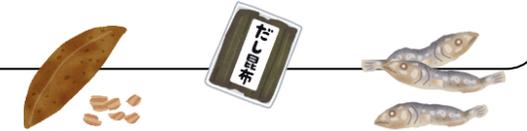


<こども園の給食は・・・>

○各年齢（月齢）に応じて「離乳食」「幼児食」を提供します。



○味付けは、だし（かつおだし・昆布だし・煮干しだし）を活かし、薄味です。



○旬の食材を使い、季節食や行事食を取り入れ、切り方・彩り・盛り付けにも工夫をこらしています。



○大豆、ごま、海藻、魚、野菜などを十分に摂れるよう配慮し、バランスの良い給食の提供に努めています。



○安心で安全な食事が提供できるよう、衛生面にも十分注意を払い、食材も国内産のものを優先的に使用するよう努めています。



☆食育クイズ☆

春になるとニョキッと頭をのぞかせるタケノコは、大きくなるとなになるでしょう？

ヒント...



《旬の食材：たけのこ》

煮物やたけのこご飯、すまし汁にしてもおいしいたけのこ。食物繊維が豊富なので、便秘予防・肥満防止の効果があります。時間が経つとえぐみが増すので、あく抜きが必要になります。



《旬の食材：スナップえんどう》

さやえんどうのシャキシャキ感とグリーンピースの甘みを一緒に味わえるのがスナップえんどう。給食でも春にのみ登場します。

