

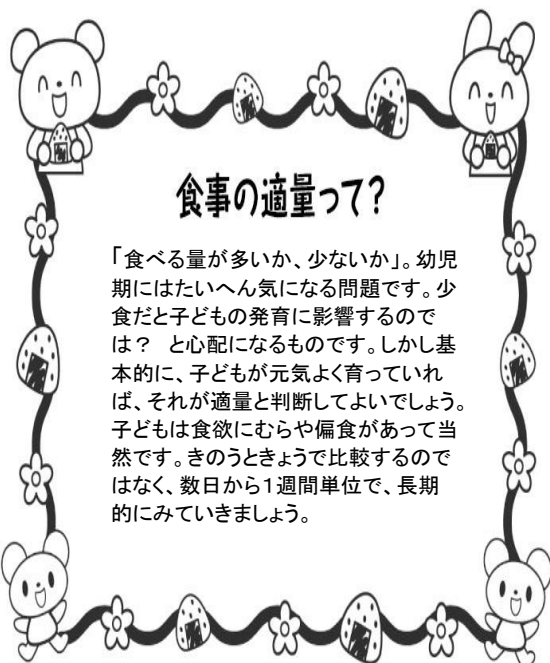
4月給食だより

令和3年4月1日



ちどり保育園

日	曜日	給食献立表	9時のおやつ	3時のおやつ
1	木	マーボー豆腐 スナッフエンドウのナムル しゅうまい りんご	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 若草蒸しパン
2	金	おにぎり ハムカツ ポテトサラダ ブロッコリーの塩ゆで ウインナー コーンスープ 桃缶	牛乳 マンナ	牛乳 ハッピーターン
3	土	スープパグティ ごまサラダ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
5	月	(新入園児)パン ゼリー ソーセージ りんごジュース さつま汁 青菜のお浸し 揚げぎょうざ ひじきふりかけ パイン缶	牛乳 シガーフライ	牛乳 ごまラスク
6	火	肉じゃが 青菜の磯和え えのき納豆 オレンジ	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 きな粉おはぎ
7	水	新じゃがコロケック ブロッコリーとコーンの和え物 豆乳スープ	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 さやえんどう
8	木	魚の塩焼き 春野菜のきんぴら 昆布豆 かき玉汁	牛乳 ハードビスケット	牛乳 メロンパン
9	金	カレーライス コールスローサラダ チキンナゲット オレンジ	牛乳 マンナ	牛乳 ヨーグルトパバロア
10	土	けんちんうどん 焼きポテト バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
12	月	ポークビーンズ 小松菜とツナのサラダ アンパンマンポテト りんご	牛乳 シガーフライ	牛乳 豆乳バナナケーキ
13	火	鶏肉の磯辺揚げ 干草和え 佃煮 すまし汁	牛乳 バナナ	牛乳 じゃが団子
14	水	筑前煮 キャベツのごま和え 焼きししゃも オレンジ (三未加算)わかめご飯	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 きな粉揚げパン
15	木	干草焼き ひじき煮 赤だし汁 桃缶	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 チーズ・星たべよ
16	金	竹の子ご飯 鯖のごま焼き 新玉ねぎのサラダ 卵豆腐のすまし汁	牛乳 ハードビスケット	牛乳 フルーツフルーチェ
17	土	ジャージャー麺 三色ナムル バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
19	月	豚肉の生姜炒め 粉ふき芋 手作りふりかけ みそ汁	牛乳 マンナ	牛乳 フレンチトースト
20	火	ピザバーグ 野菜ソテー トマト コンソメスープ	牛乳 シガーフライ	牛乳 小魚甘辛・ぼたぼた焼き
21	水	魚の竜田揚げ 切干大根の和風サラダ 納豆 バナナ	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 マカロニあべかわ
22	木	鶏肉のごまみそ焼き 春キャベツの和え物 味付のり すまし汁	牛乳 バナナ	牛乳 磯の香おにぎり
23	金	ビビンバ マセドリアンサラダ 焼き春巻き パイン缶	牛乳 ハードビスケット	牛乳 カレンズサブレ
24	土	焼きうどん きゅうりの酢の物 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
26	月	回鍋肉 春雨サラダ じゃが芋の中華スープ オレンジ	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 もちもちチーズ
27	火	鮭のカラフル焼き 豆腐チャンプルー もずく入りみそ汁	牛乳 シガーフライ	牛乳 豆乳オレンジゼリー
28	水	豆乳コーンシチュー スナッフエンドウのごま和え 煮豆 ウインナー	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 小倉サンド
30	金	お子様ランチ(ベーコンピラフ 鶏のから揚げ マカロニサラダ トマト 豆腐スープ バナナ)	牛乳 ハードビスケット	牛乳 アンパンマンソフトせんべい



食事の適量って?

「食べる量が多いか、少ないか」。幼児期にはたいへん気になる問題です。少食だと子どもの発育に影響するのでは? と心配になるものです。しかし基本的に、子どもが元気よく育っていれば、それが適量と判断してよいでしょう。子どもは食欲にむらや偏食があって当然です。きのうときょうで比較するのではなく、数日から1週間単位で、長期的にみていきましょう。



※0、1歳児には缶詰の果物は甘すぎたり、下痢をしやすいため生果物に替えています。

※0、1歳児にはカレールウ(カレー粉)は、刺激が強いため使用せず他のもので味付けしています。

※0、1歳児に限っては、おやつが上記のものと変わることがあります。