



4月給食献立表

平成28年度
紅陽台ちどり保育園

| 日 | 曜日 | 3歳未満児 10時おやつ | 給食献立名 | 3時のおやつ |
|----|----|-----------------|---|--------------------|
| 1 | 金 | 牛乳 星たべよ | ドライカレー キャベツときゅうりのサラダ 目玉焼き | 牛乳 昆布 キャラメルスナック |
| 2 | 土 | 牛乳 ビスケット | 五目うどん バナナ | 牛乳 ビスケット |
| 4 | 月 | 牛乳 野菜かりんとう | 豚肉と生姜の炒め物 粉ふきいも もずく入りすまし汁 | 牛乳 若草蒸しぼん |
| 5 | 火 | 牛乳 うす焼 | 入園式 (パン・りんごジュース・バナナ・ソーセージ) | |
| 6 | 水 | 牛乳 ヨーグルト | 魚の竜田揚げ 五色和え 具だくさんみそ汁 | 牛乳 きなこクッキー |
| 7 | 木 | 牛乳 こんがりサクサク | 春野菜の煮物 納豆 焼きししゃも オレンジ | 牛乳 バーベキュー味 |
| 8 | 金 | 牛乳 一口カステラ | マーボー豆腐丼 ナムル しゅうまい | 牛乳 小魚 あげせん |
| 9 | 土 | 牛乳 ビスケット | 焼きそば バナナ | 牛乳 ビスケット |
| 11 | 月 | 牛乳 しょうゆせんべい | ポークビーンズ ごま塩サラダ 小魚のり味 | 牛乳 パインケーキ |
| 12 | 火 | 牛乳 あんぱんまんビス | 筑前煮 青菜のおかか和え ウィンナー 手作りふりかけ | 牛乳 ピザトースト |
| 13 | 水 | 牛乳 バナナ | 魚の塩焼き 切干大根の炒め煮 豆乳汁 オレンジ | 牛乳 豆腐入りあべかわ団子 |
| 14 | 木 | 牛乳 コーンフレーク | ちくわの磯辺揚げ 春キャベツの和え物 ひじきのじゃこ煮 | 牛乳 ばかうけ |
| 15 | 金 | 牛乳 ココナッツサブレ | 大豆入りカレーシチュー フレンチサラダ 目玉焼き | 牛乳 昆布 キャラメルスナック |
| 16 | 土 | 牛乳 ビスケット | 五目うどん バナナ | 牛乳 ビスケット |
| 18 | 月 | 牛乳 野菜かりんとう | 豚肉と生姜の炒め物 粉ふきいも もずく入りすまし汁 | 牛乳 若草蒸しぼん |
| 19 | 火 | 牛乳 うす焼 | 肉じゃが キャベツときゅうりの酢の物 豆腐ナゲット | 牛乳 お好み焼き |
| 20 | 水 | 牛乳 ヨーグルト | 魚の竜田揚げ 五色和え 具だくさんみそ汁 | 牛乳 スイートポテト |
| 21 | 木 | 牛乳 こんがりサクサク | 春野菜の煮物 小松菜納豆 焼きししゃも | 牛乳 ベジたべる |
| 22 | 金 | 牛乳 一口カステラ | ベーコンピラフ 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ トマト わかめスープ 甘なつ缶 | 牛乳 チーズ リッツ |
| 23 | 土 | 牛乳 ビスケット | 焼きそば バナナ | 牛乳 ビスケット |
| 25 | 月 | 牛乳 しょうゆせんべい | ポークビーンズ ごま塩サラダ 小魚のり味 | 牛乳 パインケーキ |
| 26 | 火 | 牛乳 あんぱんまんビス | 筑前煮 青菜のおかか和え ウィンナー 手作りふりかけ | 牛乳 ピザトースト |
| 27 | 水 | 牛乳 バナナ | 魚の塩焼き 切し大根の炒め煮 豆乳汁 オレンジ | 牛乳 豆腐入りあべかわ団子 |
| 28 | 木 | 牛乳 コーンフレーク | ちくわの磯辺揚げ 春キャベツの和え物 ひじきのじゃこ煮 | 牛乳 きなこクッキー |
| 30 | 土 | 牛乳 ビスケット | スパゲティナポリタン バナナ | 牛乳 ビスケット |

- ★ たんぽぽ・すみれ・あじさい組さんは、お米を2合7日までに持って来てください。
- ★ 袋には必ずクラス名（1組か2組も）、名前を大きくはっきりと書いてください。
- ★ アレルギーの方は、除去用のお菓子を用意しております。



給食だより

園の給食に慣れよう

家庭で食べたことのない味や苦手な食べ物があるかもしれませんが、給食はいろいろな食品や料理との出会いを積み重ねる機会と考えています。先生や友達とのかかわりの中で、少しずつ味に慣れ「素材のおいしさ」「食事の楽しさ」を感じて、望ましい食習慣を身につけてもらいたいと思います。



今が旬の春野菜

3月から5月が旬の春野菜は種類も豊富です。旬の時期は最も味がよく、栄養価も高く、比較的安価なので、いろいろな料理に取り入れて『春』を味わいましょう。給食では、春野菜の煮物・春きゃべつの和え物など、いろいろな料理に登場します。家庭での料理にも取り入れてみてはいかがでしょうか。春野菜は水分が多いため、やわらかくなりやすいので加熱時間に注意しましょう。(新たまねぎ・新じゃがいも・さやえんどう・たけのこ・春きゃべつ等)

