


| 日 | 曜日 | 献立名 | 未満児午前 おやつ | 午後 おやつ |
|----|----|---|--------------|----------------|
| 3 | げつ | さわらのごまみそやき はるキャベツのナムル とんじる バナナ (未満児:さけのごまみそやき) | ジュース おかし | M おかし |
| 4 | か | はるのいろどりパスタ いそベポテト レtasとたまごのスープ オレンジ | むぎちや おかし | M ピザ トースト |
| 5 | すい | ~にゆうえんしんきゆうおめでとうランチ~ いちごのごはん からあげ マカロニサラダ とうふのすましじる さくらゼリー | むぎちや おかし | ジュース おかし |
| 6 | もく | チキンカレー グリーンサラダ クリームチーズあえ むぎちや | ジュース おかし | M おかし |
| 7 | きん | パン シンガポールビーフン マヨアスパラ ミネストローネ オレンジ | むぎちや おかし | プリン |
| 10 | げつ | かじきのみそマヨやき わかくさあえ とりごぼうじる バナナ | ジュース おかし | M みそあげ ポテト |
| 11 | か | チキンのマスタードやき はるさめのちゅうかいため チンゲンサイのスープ オレンジ | むぎちや おかし | M おかし |
| 12 | すい | やさいたっぷりあんかけうどん たけのこいりにくだんご ヨーグルトあえ | むぎちや おかし | むぎちや おかし |
| 13 | もく | さけのサラダやき ほうれんそうのソテー かぶのみそしる バナナ | ジュース おかし | M おかし |
| 14 | きん | ぶたにくのてんぷら はるキャベツのゆかりあえ ごもくすましじる いちご | むぎちや おかし | M おかし |
| 17 | げつ | さけのなたねやき だいこんのサラダ じゃがいもとたまねぎのみそしる バナナ | ジュース おかし | M おかし |
| 18 | か | ちくぜんに ほうれんそうのいそあえ なめこじる いちご | むぎちや おかし | M いちごの むしパン |
| 19 | すい | パン さばのケチャップあえ じゃがいものインディアンサラダ たまごとアスパラのスープ ゼリー | むぎちや おかし | M おかし |
| 20 | もく | じゃがいものそぼろあん はるキャベツとあぶらあげのおひたし わかたけじる オレンジ | むぎちや おかし | M おかし |
| 21 | きん | しょうゆラーメン スナックえんどうのツナあえ グレープフルーツ | ジュース おかし | ヨーグ おかし |
| 24 | げつ | とりささみのマヨパンこやき アスパラとにんじんのおかかあえ あさりのみそしる オレンジ | むぎちや おかし | アイス |
| 25 | か | さばのとさふうつけやき ブロッコリーのごまずあえ あつあげのみそしる バナナ | むぎちや おかし | M おかし |
| 26 | すい | ちゅうりつごはん たらのコーンマヨやき キャベツのごまドレッシングあえ みずなのすましじる いちごのカルピスヨーグルトゼリー たんじょうしゃバースディケーキ  | ジュース おかし | ジュース おかし |
| 27 | もく | パン レバーとポテトのケチャップあえ コールスローサラダ スープヌードル ヨーグルト | むぎちや おかし | M おかし |
| 28 | きん | はるキャベツのシュウマイ たけのこのおかかサラダ きのこのみそしる いちご | ジュース おかし | むぎちや おかし |

入園・進級おめでとうございます

新年度がスタートします。新しい環境に期待と不安でドキドキワクワクしていることでしょう。給食室では子ども達が元気で毎日過ごせるように、旬の食材などを使用して美味しく栄養たっぷりの給食作りを心掛けています。皆で食べる喜びや食事に興味が持てるよう、様々な食育活動なども行っていきます。

~園の目標栄養量~

★3歳以上児(副食給食)★
エネルギー576kcal、たんぱく質23g、脂質16g、食塩1.7g

★3歳未満児(完全給食)★
エネルギー468kcal、たんぱく質19g、脂質13g、食塩1.3g

~4月平均栄養量~

★3歳以上児(副食給食)★
エネルギー425kcal、たんぱく質20g、脂質24g、食塩1.4g

★3歳以上児(副食給食)★
エネルギー425kcal、たんぱく質20g、脂質24g、食塩1.4g

寒い冬に耐え、暖かな春に芽吹く野菜は、冬眠状態の体を目覚めさせるエネルギーを与えてくれます。たけのこ、ふき、菜の花、うどなどは、えぐみやほろ苦さがありますが、これは解毒を促す成分です。体がだるい、たくさん寝ても眠いといった症状は、冬から春への環境の変化に体が追いついていないから。旬の野菜を食べて元気に春を迎えましょう。



~おいしい絵本~

きょうのおべんとなんだろな

作・きしだえりこ 絵・やまわきゆりこ

男の子と動物たちが野原で縄跳びをして遊んでいます。「おなかすいた」「おべんとう・おべんとう」みんなそれぞれ自分のお弁当を持って集まってきました。「今日のおべんとうなんだろな」「なにがはいっているのかな」ワクワクしながら、蓋を開ける時の皆の気持ちが伝わってくる楽しい絵本です。

おやつについて

未満児・以上児の午後のおやつで、お菓子を提供する日は基本自然食品のおやつになりますが、在庫状況によっては果物やゼリーなどを提供する日があります。その時は、変更のお知らせなどは配付しませんので、ご理解のほどよろしくお願い致します。

給食の取り置き時間について

◎0.1才児(すみれ・ゆり)...11時30分 ◎2才児(ちゅうりつご)...12時
◎3才以上児(たんぼぼ・うめ・さくら)...12時30分

衛生管理の都合上、上記の時間となりますのでご理解とご協力をお願いします。

○の日はごはんいりません