

4月

給食だより

豊里幼稚園

令和3年4月1日

柔らかな春の陽ざしに心なごむ季節、新年度になりました。入園、進級おめでとございます。新しい環境に期待と不安でドキドキ、わくわくしている子供達。毎日を元気で過ごせるように、おいしくて栄養たっぷりの給食づくりを心がけていきます。食事の時間が待ちどおしく、みんなで食べるのが楽しみな子供になってほしいと思っています。

4月の給食は、子供たちが慣れ親しんだ好きな味を多く取り入れ、楽しい園生活が送れるきっかけになるように心がけています。初めての園での食事、進級して量が少し増えたり、食器がかわったり、とまどうこともあるかもしれませんが、保育士と協力して子供達の様子を見守っていかうと思っています。食事の気になることがあれば気軽に相談ください。

保護者の皆様、1年間よろしくお祈りします。

今月のねらい

- *朝ごはんをしっかりと食べよう。
- *生活リズムを整えよう



今月の行事食

23日(金)お誕生日会

園児はごはんはいりません。

お箸・コップ・スプーンを忘れずに。

しっかり朝ご飯を食べましょう。

環境がかわり、生活のリズムが乱れると体調も崩しがちです。朝ごはんをきちんと食べて元気に一日をスタートさせていただけるようにお願いします。

朝ご飯を食べるメリットは以下のようにたくさんあります。

- ① 正しい生活のリズムをつくる
- ② 体温をあげる
- ③ 体や脳へエネルギーを送る
- ④ 朝のトイレでおなかすっきり

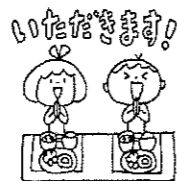
保育園の食事

1・2歳児の食事

主食・副食・汁物を用意しています。午前・午後のおやつも提供しています。1日で必要な栄養の50%程度を保育園でとることになります。

0歳時の食事

おひとりおひとりの成長の様子をみながら個別に対応していきます。ご家庭での食材の摂取状況を月齢で確認させていただきます。



3～5歳児の食事

副食・汁物を用意しています。主食はお子様にあつた量を家庭でもたせて下さい。110gもってこられた場合、必要な栄養の40%程度を保育園でとることになります。

おやつについて

午後のおやつは手作りおやつを取り入れています。園でのおやつは捕食の意味もあるためにおにぎりやパン・めんなども提供します。

給食献立表

さくら・もも組の午前のおやつは牛乳・フルーツやお菓子です。

日	曜日	献立メニュー	主な材料	午後のおやつ	
				さくら・もも	きく・ゆり・ばら
1	木	入園式			
2	金	鶏肉のカレー揚げ ナムル みそ汁 オレンジ	鶏もも肉 カレー粉 片栗粉 小麦粉/ほうれん草 人参 もやし すりごま ごま油/大根 人参 豆腐 葱 みそ/オレンジ	牛乳 お菓子 煮干し	牛乳 お菓子 煮干し
3	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
5	月	クリームシチュー チキンナゲット おほかねえ オレンジ	豚肉 じゃがいも 人参 しめじ ブロッコリー 薄力粉 バター 牛乳/ナゲット/キャベツ えのき かまぼこ 糸けり/オレンジ	わかめと じゃこのおにぎり	わかめと じゃこのおにぎり
6	火	すき焼き風煮 さつまいもサラダ みそ汁 オレンジ	豚肉 白菜 人参 焼き豆腐 葱 ごぼう/さつまいも 卵 人参 胡瓜 マヨネーズ/豆腐 揚げ なめこ わかめ みそ/オレンジ	牛乳 チーズクッキー するめ	牛乳 チーズクッキー するめ
7	水	麻婆豆腐 大根サラダ わかめスープ オレンジ	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 しめじ こんにゃく 生姜 葱 みそ 赤みそ /大根 ハム 胡瓜 人参/わかめ 玉葱 白葱 ごま/オレンジ	牛乳 桜色の トースト	牛乳 桜色の トースト
8	木	ミートスパゲティ コンソメスープ 胡瓜スティック バナナ	スパゲティ 豚ミンチ 人参 玉葱 こんにゃく ケチャップ グリンピース トマトピューレ/胡瓜 ごま油 ごま/キャベツ 玉葱 人参 コーン コンソメ/バナナ	牛乳 キャロット ケーキ	牛乳 キャロット ケーキ
9	金	鯖の塩焼き 切り干しの洋風煮 春野菜のみそ汁 オレンジ	鯖/切り干し 人参 ベーコン いんげん/春キャベツ 新玉葱 人参 厚揚げ たけのこ みそ/オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
10	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
12	月	春野菜ポトフ ミートボールの甘酢煮 菜の花和え バナナ	じゃがいも 人参 ソーセージ 豚キャベツ ブロッコリー パセリ 新玉葱 たけのこ/ミートボール/卵 ほうれん草 ハム 胡瓜 /バナナ	牛乳 きな粉ボール	牛乳 きな粉ボール
13	火	ハンバーグトマトソース 皮つきポテト ブロッコリーごま和え みそ汁 オレンジ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 豆腐 卵 パン粉 トマト缶 ケチャップ 玉葱 /じゃが芋/ブロッコリー 胡瓜 ちくわ ごま/大根 揚げ豆腐 葱 みそ/オレンジ	牛乳 プリン お菓子	牛乳 プリン お菓子
14	水	親子煮 マカロニサラダ みそ汁 オレンジ	鶏肉 玉葱 じゃがいも 人参 卵 小松菜/マカロニ 人参 胡瓜 ハム マヨネーズ/さつまいも 葱 みそ/オレンジ	牛乳 抹茶 パウンドケーキ	牛乳 抹茶 パウンドケーキ
15	木	鶏肉のマーマレード焼き 昆布和え 豆乳スープ バナナ	鶏肉 玉葱 マーマレード/キャベツ 人参 えのき 塩昆布 /大根 人参 白葱 豆乳 鶏ガラ/バナナ	牛乳 クリームパン	牛乳 クリームパン
16	金	鯖のねぎみそ焼き 大根のきんぴら風 和風カレースープ オレンジ	鯖(白身魚) 葱 みそ 白みそ/大根 人参 平天 ごま いんげん /じゃがいも 人参 玉葱 豚肉 揚げ カレールウ 葱/オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
17	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
19	月	豚肉の生姜焼き ミモザサラダ レタススープ オレンジ	豚肉 玉葱 人参 生姜/卵 キャベツ 人参 胡瓜 和風ドレ /レタス 玉葱 ベーコン コンソメ/オレンジ	牛乳 さつまいも ガレット	牛乳 さつまいも ガレット
20	火	鯖のマリネ風 梅おほかねえ かき玉汁 オレンジ	鯖 玉葱 人参 片栗粉 油/もやし 胡瓜 人参 梅肉 かつお節 /玉葱 人参 えのき 卵 葱/オレンジ	牛乳 五平もち	牛乳 五平もち
21	水	松風焼き ポパイサラダ みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 玉葱 人参 卵 豆腐 ごま みそ/ほうれん草 キャベツ 人参 卵 ツナ マヨネーズ/白菜 揚げ 人参 みそ/オレンジ	牛乳 ちくわ りんご	牛乳 ちくわ りんご
22	木	ポテトとチーズの卵焼き ごま酢和え みそ汁 バナナ	じゃがいも 玉葱 ハム チーズ 卵 コンソメ ケチャップ/胡瓜 えのき かにかま ごま/キャベツ 厚揚げ みそ/バナナ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ジャムサンド
23	金	♪誕生日会♪		牛乳 ケーキ	牛乳 ケーキ
24	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
26	月	ちゃんぽんめん ごま和え ちくわのマヨネーズ焼き オレンジ	中華めん 豚肉 玉葱 しめじ 人参 青梗菜 キャベツ 中華だし かまぼこ/ちくわ マヨネーズ 青のり/白菜 人参 ごま/オレンジ	牛乳 いちご蒸しパン	牛乳 いちご蒸しパン
27	火	五目つくね焼き みそ汁 キャベツの甘酢和え オレンジ	鶏ミンチ 玉葱 人参 ひじき 豆腐 卵 パン粉 片栗粉/キャベツ かにかま 玉葱/豆腐 大根 葱 みそ/オレンジ	ヨーグルト バナナ	ヨーグルト バナナ
28	水	ポテトグラタン のり和え もやしのスープ バナナ	じゃが芋 豚ミンチ 玉葱 人参 牛乳 薄力粉 バター コンソメ 粉 チーズ/ほうれん草 人参 白菜 のり佃煮/もやし 人参 ベーコン コンソメ/バナナ	たけのこご飯	たけのこご飯
30	金	鮭のオーロラソース焼き 野菜炒め みそ汁 オレンジ	鮭(白身) 玉葱 ビーマン ケチャップ マヨネーズ/キャベツ 玉葱 人参 コーン ブロッコリー ハム/南瓜 玉葱 葱 みそ /オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

玄関に、献立の写真を掲示しています。お迎えに来られた時、見てお帰り下さい。都合により、献立を変更することがあります。