

4月分 予定献立表

日	朝のおやつ	3時のおやつ	給食内容	以上児パン
1(木)	ポーロ	オレンジゼリー・クッキー	厚揚げの中華煮 ※煮昆布 ブロッコリー いちご	
2(金)	クラッカー	グリーンピースごはん	親子焼き 和風スパゲティー トマト りんご	
3(土)	サブレ	バームクーヘン・せんべい	肉うどん パナナ	
4(日)				
5(月)	ビスケット	納豆ラスク	魚のソース煮 アスパラとベーコンソテー 粉ふき芋 オレンジ	
6(火)	いちご	チョコチップスコーン	ハンバーグ ポテトサラダ 線キャベツ りんご	
7(水)	あられ	マシュマロサンド	豆腐のふわふわ揚げ 切干大根の煮付け ※かえり いちご	
8(木)	ウェハース	フライドポテト	ピザ風卵焼き ゴマじゃこサラダ トマト パナナ	
9(金)	ゼリー	バナナケーキ	豚肉のケチャップ炒め ほうれん草のおかか和え チーズ オレンジ	人参パン
10(土)	クッキー	メロンパン	★とりめし 春キャベツの味噌汁 いちご	
11(日)				
12(月)	せんべい	ソーダブレッド	魚のチーズ焼き 胡瓜の昆布和え ブロッコリー りんご	
13(火)	バナナ	まんじゅう	凍り豆腐のオランダ煮 ※ごぼうサラダ そらまめ オレンジ	
14(水)	クッキー	ちくわの磯辺揚げ	肉じゃが 野菜のナムル ※めざし いちご	
15(木)	ソーセージ	プリンアラモード	魚のねぎ味噌焼き もやしの梅肉和え 人参甘煮 バナナ	
16(金)	ポーロ	焼きそば	五目蒸し卵 たけのことふきの煮物 ウィンナー オレンジ	ほうれん草パン
17(土)	あられ	ミニドーナツ	スパゲティーのペペロンチーノ風 パナナ	
18(日)				
19(月)	おかき	いちごジャムサンド	麻婆豆腐 アスパラの卵とじ スナップえんどう オレンジ	
20(火)	プリン	ほうれん草団子	鮭の塩焼き 胡瓜とわかめの酢の物 南瓜の甘煮 りんご	
21(水)	せんべい	ショートケーキ 	★あんぱんまんカレー 春キャベツのサラダ ゆで卵 いちご	
22(木)	ビスケット	フルーツヨーグルト	お好み焼き風卵焼き たけのこのきんぴら トマト オレンジ	
23(金)	チーズ	ココアもち	からあげ 和風サラダ スナップえんどう パナナ	コッペパン
24(土)	クラッカー	クリームパン	チキンライス コンソメスープ オレンジ	
25(日)				
26(月)	かりんとう	焼き大福	炒り卵の中華あんかけ 野菜の納豆和え いちご	
27(火)	ヨーグルト	ホットケーキ	魚のオニオンマヨ焼き ひじきのサラダ スナップえんどう オレンジ	
28(水)	りんご	オレンジトースト	洋風かきたま汁 ※切り昆布の当座煮 ※ししゃも パナナ	
29(木)			昭和の日	
30(金)	ウェハース	たけのこごはん	レパーマリアナソース マセドアンサラダ アスパラ りんご	

🌸🌸🌸 ご入園 進級おめでとうございます 🌸🌸🌸

○4月の目標○「春野菜を知ろう!!」

春野菜はビタミン・ミネラル・食物繊維が豊富です。また、疲労回復にも効果的です。とてもみずみずしく、香りが強く、やわらかいのが特徴です。1年中スーパーなどで、手に入るものが多いですが、旬の野菜は他の季節より栄養価も高く、味もよくなります。

保育園でも、旬の野菜を積極的に取り入れています。春の訪れを感じるとともに、春野菜のパワーをいただきましょう。

※19日の食育の日に、アスパラや豆の種類(グリーンピース・そらまめ・スナップエンドウ)を見て、触って違いを体験します。

<一口メモ>

- ★印 ……行事食・郷土料理
- ※印 ……かみかみメニュー
- ・都合により果物を変更する場合があります

- おやつには飲み物がつきます。
 - ・朝のおやつ…牛乳 (もも・さくら・つくし・たんぼぼ・すみれ)
 - ・3時のおやつ…スキムミルク (全園児)

○以上児クラス(ばら・ちゅうりっぷ・ひまわり)はパン給食の日があります。すみれ組は月に一度(今月は23日)です。