令和4年　4月　予定献立表　滝尾保育園

| 日 | 曜日 | 献立名 | 3時のおやつ |
|---|---|---|---|
| 1 | 金 | 赤飯　鶏肉の甘辛焼　ごまじゃこサラダ　玉葱の味噌汁　オレンジ | プチシューミニタワー |
| 2 | 土 | チャーハン　アスパラといんげんのごま和え　わかめスープ　みかん缶 | |
| 4 | 月 | 魚のレモンバタームニエル　切干大根のナムル　春キャベツの味噌汁　りんご | いちごマフィン |
| 5 | 火 | ロールパン　キッシュ風卵焼き　人参の甘煮　レタス入りスープ　生パイン | メルティフレーク |
| 6 | 水 | 豆腐の松風焼　五目金平　もやしのスープ　いちご | チョコチップクッキー |
| 7 | 木 | レバーの甘辛煮　焼き南瓜　たまご入り味噌汁　オレンジ | 黄粉団子 |
| 8 | 金 | 魚のコーンマヨ焼き　春雨のチャプチェ　鶏とごぼうの味噌汁　バナナ | フライドポテト |
| 9 | 土 | ミニクロワッサン　春野菜のスパゲティ　オニオンスープ　いちご | ココアサブレ |
| 11 | 月 | かしわとコーンの炒め物　ブロッコリーのおかか和え　厚揚げの味噌汁　りんご | ウインナー蒸しパン |
| 12 | 火 | 鮭の塩焼き　海藻サラダ　春野菜のポトフ　オレンジ | バナナケーキ |
| 13 | 水 | 鶏の唐揚げ　キャベツのちりめん和え　えのきの味噌汁　バナナ | ジャムサンド |
| 14 | 木 | ビーフカレー　コーン入りマカロニサラダ　ブロッコリー　生パイン | カントリークッキー |
| 15 | 金 | 丸パン　ハンバーグ　野菜のゆかり和え　コンソメスープ　いちご | わかめとチーズのおにぎり |
| 16 | 土 | 三色丼　ウインナー　豆腐の味噌汁　バナナ | ヨーグルトムース |
| 18 | 月 | 魚の西京焼き　茎わかめの炒め煮　たまご入りすまし汁　オレンジ | マカロニあべかわ |
| 19 | 火 | まさご揚げ　野菜の納豆和え　トマトの味噌汁　りんご | フルーツヨーグルト |
| 20 | 水 | 炒り卵のミートソースかけ　ひじきとチーズのサラダ　もやしの味噌汁　生パイン | シュガードーナツ |
| 21 | 木 | 筑前煮　ししゃも　チーズ　絹さや入り味噌汁　オレンジ | 牛乳もちチョコソースかけ |
| 22 | 金 | お弁当日 | はらぺこあおむしのクッキー |
| 23 | 土 | ホットドッグ　スナップエンドウのソテー　コーンスープ　バナナ | マシュマロサンド |
| 25 | 月 | 豚肉の生姜焼き　胡瓜とわかめの酢の物　かきたま汁　オレンジ | 黒ゴマラスク |
| 26 | 火 | 豆ごはん　肉じゃが　野菜のオーロラ和え　若竹汁　バナナ | 人参マフィン |
| 27 | 水 | ほうれん草パン　チキン南蛮タルタルソース　レタス　トマト　中華スープ　いちご | 鮭おにぎり |
| 28 | 木 | 麻婆豆腐　ゆかりポテト　すまし汁　オレンジ | アップルゼリー |
| 30 | 土 | ハヤシライス　ドレッシングサラダ　キウイ | 黒糖饅頭 |

## ご入園・ご進級　おめでとうございます

**滝尾保育園では、たんぱく質がしっかり摂れるおかずの主菜、野菜が摂れるおかずの副菜、具だくさんの汁物の一汁二菜の給食を提供します。子ども達の栄養がバランスよく摂れるように献立の工夫していきたいと思います。**
**一年間宜しくお願い致します。**

**調理員　横山　氏川　友永　（髙橋）**

## 《お知らせ及びお願い》

・給食(0. 1. 2歳児)には牛乳、3時のおやつ(全員)にはスキムミルクです。
・給食の主食がパンの日は全員牛乳です。
・アレルギー症状のあるお子様については事前にご連絡ください。
　医師の診断書を基にご相談の上、除去するなどの対応を致します。
**・新入園児につきましては、診断書を4月末日までに担任または看護師に提出してください。**

## 朝ごはんを食べよう

**朝ごはんを食べるとエネルギーになるのはもちろんですが、「起きたら食べる」という毎日を過ごすことで生活のリズムを整えることにつながります。また、排便を促す効果もあります。ぜひ朝食をとる習慣を身につけましょう。**

今年度も給食やおやつのおすすめレシピを紹介していこうと思っています。その他にも知りたいレシピや、給食、離乳食についてのご相談がある方は給食室までお声掛けください。