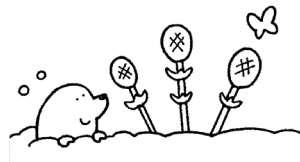


の給食だより



R6年 4月 1日

栄養士 木室 萌

ご入園、ご進級おめでとうございます。

新年度を迎え、環境の変わった子どもたちが、楽しい園生活を送られるきっかけとなるよう

子どもたちの好きなカレーやハンバーグ・鶏のから揚げなどをメニューに取り入れています。

毎日の食事を楽しみながら子どもたちが少しずつ成長できるよう見守っていきたいと思います。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

給食だよりではテーマに沿ってご家庭でも役立つ情報や、給食室の行事などお伝えしていきます。

今月の季節の食材は、キャベツ・たまねぎ・グリーンアスパラガスを使用しています。



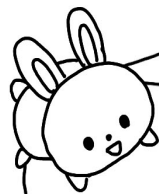
生活のリズムを整えよう

朝ごはんを食べるためには、早寝早起きが大切です。

毎日、3食決まった時間に食事をとることで規則正しい生活習慣が身につき子供の健やかな成長と生活リズムが確立します。

朝の時間は忙しいですが、何か少しでも食べるようにしましょう！

家族みんなが元気に過ごせるようにご家庭でも食生活を見直してみませんか



朝食におすすめの食材

朝食にはエネルギー源となる炭水化物のパンやごはん、体温を上昇させてくれるたんぱく質の肉・魚・卵・大豆などをいっしょにとると、効率よく身体が動くようになります。また、不足しがちなビタミンやミネラルが豊富に含まれる野菜類や果物もおすすめです。

朝食をしっかり食べて、元気に1日をスタートしましょう！！



4月の行事予定

26日(金) 誕生会

毎月の誕生会メニューは季節の行事食を取り入れたり普段の給食とは少し違う特別メニューになっています♪お楽しみに♪♪



誕生会メニュー

10時：牛乳

昼食：チキンライス

ハンバーグ

えびフライ

ポテトサラダ

星にんじんグラッセ

ゆでブロッコリー

コーンスープ・バナナ

3時：りんごジュース

アンパンマンパンケーキ

※未満児に配布した誕生会の日程が30日(火)となっておりますが、26日(金)に変更になります。

26日(金)の献立が30日(火)の献立になります。



給食予定実施献立表(未満児)

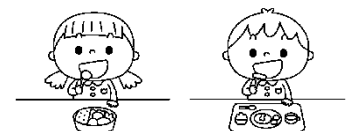
☆ラッキーレンジャーの日

令和6年4月分



*やむをえず変更する場合があります

日	曜		3時	3歳児未満児(専用)	
				10時	汁
1 ・ 15	月	カレーライス 春キャベツの和え物 みかん缶	スキムミルク マドレーヌ	牛乳	
2 ・ 16	火	赤米入りごはん 魚の竜田揚げ・トマト かぼちゃのみそ汁・パイン缶	スキムミルク バナナ クラッカー	牛乳	
3 ・ 17	水	玄米入りごはん ピーマンと豚肉のソース炒め かまぼこの清汁・もも缶	ジョア(マスカット味) 豆腐ドーナツ	牛乳	
4 ・ 18	木	赤米入りごはん ☆チリコンカーン キャベツと鶏肉のスープ・オレンジ	スキムミルク 小倉蒸しパン	牛乳	
5 ・ 19	金	じゃがいもパン マカロニグラタン・ゆでブロッコリー 野菜スープ・キウイ	お茶 (5日)じゃこと菜っ葉のおにぎり (19日)昆布と梅のおにぎり	牛乳	
6 ・ 20	土	牛丼 バナナ きつねうどん バナナ	野菜ジュース まがりせんべい 野菜ジュース まがりせんべい	牛乳	
8 ・ 22	月	玄米入りごはん 煮魚・蒸しかぼちゃ 小松菜とひじきの和え物・みかん缶	スキムミルク ふかしいも	牛乳	白玉ふの 清汁
9 ・ 23	火	赤米入りごはん 肉じゃが はくさいのみそ汁・キウイ	スキムミルク フルーツポンチ	牛乳	
10 ・ 24	水	玄米入りごはん 鶏のから揚げ・蒸しキャベツ ☆コロコロ野菜の清汁・バナナ	スキムミルク ほうれん草とチーズのホットケーキ	牛乳	
11 ・ 25	木	赤米入りごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜のスープ・パイン缶	スキムミルク マカロニのきな粉和え	牛乳	
12 ・ 30	金 ・ 火	玄米入りごはん 魚の塩焼き・ゆでいんげん ほうれん草と豚肉の炒め物・オレンジ	スキムミルク ジャムサンド	牛乳	だいこんの みそ汁
13 ・ 27	土	スパゲティ・ミートソース ヨーグルト もも缶	牛乳 ムーンライトクッキー	牛乳	



給食予定実施献立表(以上児)

☆ラッキーレンジャーの日

令和6年4月分



*やむをえず変更する場合があります

日	曜		3時	3歳児未満児(専用)	
				10時	汁
1 ・ 15	月	カレーライス 春キャベツの和え物	スキムミルク マドレーヌ	牛乳	
2 ・ 16	火	赤米入りごはん 魚の竜田揚げ・トマト かぼちゃのみそ汁	スキムミルク バナナ クラッカー	牛乳	
3 ・ 17	水	玄米入りごはん ピーマンと豚肉のソース炒め かまぼこの清汁	ジョア(マスカット味) 豆腐ドーナツ	牛乳	
4 ・ 18	木	赤米入りごはん ☆チリコンカーン キャベツと鶏肉のスープ	スキムミルク 小倉蒸しパン	牛乳	
5 ・ 19	金	じゃがいもパン マカロニグラタン・ゆでブロッコリー 野菜スープ	お茶 (5日)じゃこと菜っ葉のおにぎり (19日)昆布と梅のおにぎり	牛乳	
6 ・ 20	土	牛丼 バナナ きつねうどん バナナ	野菜ジュース まがりせんべい 野菜ジュース まがりせんべい	牛乳	
8 ・ 22	月	玄米入りごはん 煮魚・蒸しかぼちゃ 小松菜とひじきの和え物	スキムミルク ふかしいも	牛乳	白玉ふの 清汁
9 ・ 23	火	赤米入りごはん 肉じゃが はくさいのみそ汁	スキムミルク フルーツポンチ	牛乳	
10 ・ 24	水	玄米入りごはん 鶏のから揚げ・蒸しキャベツ ☆コロコロ野菜の清汁	スキムミルク ほうれん草とチーズのホットケーキ	牛乳	
11 ・ 25	木	赤米入りごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜のスープ	スキムミルク マカロニのきな粉和え	牛乳	
12 ・ 30	金 ・ 火	玄米入りごはん 魚の塩焼き・ゆでいんげん ほうれん草と豚肉の炒め物	スキムミルク ジャムサンド	牛乳	だいこんの みそ汁
13 ・ 27	土	スパゲティ・ミートソース ヨーグルト	牛乳 ムーンライトクッキー	牛乳	

