



4月の献立



〈目標〉笑顔で楽しく食べられる子ども

<p>★生活リズム★</p> <p>新しい環境になり、体調を崩しやすくなっています。生活リズムを整えて、元気に過ごせるようにしましょう。朝は忙しいですが、余裕を持って登園できるようにしたいものです。「早寝早起き」「朝ごはん」「排便」の3つをがんばってみましょう。排便は出なくても毎日行き、習慣づけることが大切です。</p>			<p>1(木)</p> <p>鶏のから揚げ ツナあえ じゃがいものみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ミレービスケット</p>	<p>2(金)</p> <p>さばのみそ煮 和風サラダ もやしのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 二色どら焼き</p>	<p>3(土)</p> <p>豚肉のしょうが焼き おひたし 豆腐のみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 揚げ一番</p>
<p>5(月)</p> <p>ポーカカレー イタリアンサラダ フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 カルシウムせんべい</p>	<p>6(火)</p> <p>サーモンの 甘塩焼き 切干大根の炒め煮 キャベツのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 アンパンビスケット</p>	<p>7(水)</p> <p>チャーハン ナムル わかめスープ フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 雪の宿(黒糖ミルク)</p>	<p>8(木)</p> <p>豆腐ハンバーグ ゆでやさい えのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 じゃこ気分</p>	<p>9(金)</p> <p>白身魚フライ だいこんサラダ 油揚げのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 コーホータージュせん</p>	<p>10(土)</p> <p>鶏肉の照り焼き ごまあえ はくさいのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ばかうけ(ごま)</p>
<p>12(月)</p> <p>キーマカレー コールスロー サラダ フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ビスコ</p>	<p>13(火)</p> <p>かじきまぐろの 竜田揚げ おひたし だいこんのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 二色どら焼き</p>	<p>14(水)</p> <p>ピザトースト フレンチサラダ コンソメスープ フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 源氏パイ</p>	<p>15(木)</p> <p>おにぎり day つくねの照り焼き マカロニサラダ わかめのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 白あんドーナツ</p>	<p>16(金)</p> <p>たら オープン焼き オリーブオイル 干草あえ もやしのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 黒糖ケーキ</p>	<p>17(土)</p> <p>豚肉と野菜の ソテー おなか和え えのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ミレービスケット</p>
<p>19(月)</p> <p>鶏肉のごまみそ焼き ホットサラダ キャベツのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ぼたぼた焼き</p>	<p>20(火)</p> <p>さばの カレー風味焼き やさいのマヨあえ なめこのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 二色どら焼き</p>	<p>21(水) 誕生会</p> <p>豚丼 おひたし わかめのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 まがりせん</p>	<p>22(木)</p> <p>焼き肉 ツナあえ はくさいのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ばかうけ(青のり)</p>	<p>23(金)</p> <p>鶏肉のはちみつ レモン醤油揚げ イタリアンサラダ だいこんのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 雪の宿</p>	<p>24(土)</p> <p>サーモンの コンマヨ焼き ゆでやさい 豆腐のみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 黒糖ケーキ</p>
<p>26(月)</p> <p>チキンシチュー グリーンサラダ フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ハッピーターン</p>	<p>27(火)</p> <p>ほっけの甘塩焼き にんじんとツナのシリシリ おひたし もやしのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 源氏パイ</p>	<p>28(水)</p> <p>うどん やさいのかき揚げ ほうれん草の ベーコンあえ フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 アンパンビスケット</p>	<p>29(木)</p> <p>昭和の日</p>	<p>30(金)</p> <p>かじきまぐろの ピカタ フレンチサラダ えのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 白あんドーナツ</p>	<p>5/1(土)</p> <p>マーボー豆腐 華風あえ キャベツのみそ汁 フルーツ</p> <p>＜おやつ＞ 牛乳 ビスコ</p>

★その日の給食材料により献立変更の場合もあります。

★アレルギーを持っている子、体調の悪い子には特別食を準備していますのでお知らせください。

★今月のアレルギー食は、卵・乳製品です。

(🍳)のマークは、卵を除去します。

(🥛)のマークは、乳製品を除去します。(牛乳・ミルクココアは麦茶で代用します)



給食だより

ご入園、ご進級おめでとうございます。記録更新の大雪にみまわれた長い冬がやっと終わり、誰もが待ちわびた春が来ました。新年度を迎え子ども達は、新しい環境にワクワクしながらも、不安や心配を抱えているかもしれません。早く園生活に慣れ、お友達との給食の時間が楽しみになったり、ホッとする時間になるように願いながら、調理員一同、身体と心にもおいしい給食を目指してがんばります。本年度もよろしく願います。

給食は楽しいよ!!

1年を通して、行事食やお楽しみ給食を実施しています。食育として、行事食の由来や意味を知る機会になるとともに、何よりも楽しい思い出になるように、手作りで提供しています。楽しみにしててくださいね。



ピクニックランチ



郷土食給食



クリスマスランチ



ピザ作り



ひなまつり誕生会 & ランチ



お楽しみランチ



七夕給食



節分給食



誕生会ケーキ

朝ご飯を食べよう!

朝食は、1日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ご飯を食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないと、ぼーっとしてケガにつながったり、イライラしたり、元気に遊ぶことができません。また、1回の量が多く食べられない子どもにとって、朝食は、大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!



お知らせ

- 毎週水曜日は、完全給食になりますので、3歳以上児組さんは、ごはんはいりません。
- 水曜日以外は、ごはんが必要です。3歳以上児組さんは、忘れないようにお願いします。
- 毎月第3木曜日は、「おにぎり day」となりますので、お家からお子さんが食べられる量のおにぎりを持たせてください。(1・2・3・4・5歳児)
- 毎月の誕生会のケーキは、手作りで。
- アレルギー食や体調に応じた特別食も手作りで提供しますのでお知らせください。

給食室に声をかけてください!



毎日の食事作り、メニューを考えるだけでも大変です。簡単で、子どもが喜んで食べてくれて、栄養バランスの良いもの...。ちょっと悩んだときは、給食室に気軽にお声をかけてください。ヒントになるようなことをお伝えできるかもしれません。気になった給食献立のレシピもご紹介いたします。また、お子さんの食事について、何か心配なことがありましたら、担任や電子連絡帳を通じてご相談ください。少しでも悩みが改善できるように協力させていただきます。