

4月給食だより

暖かな春の陽気とともに、新生活がスタートしました。

子ども達は新しい環境に慣れるまで時間がかかるかもしれませんが、ゆっくり見守っていきましょう。

園ではおいしい給食を用意して、子ども達の楽しい園生生活を支えていきたいと考えています。

生活リズムは 朝ごはんから

寝ている間も体のさまざまな器官は働いています。体内に蓄えられたエネルギーは常に消費されており、朝は体温も血糖値も下がっています。朝食を食べると体温が上がり、胃や脳も刺激され全身が目覚め、午前中、元気いっぱい遊ぶためのエネルギーが確保できます。

朝ごはんを食べて いきいきスタート!

朝の食欲を増進させるためには、起きてすぐに水や牛乳などを飲んで胃を目覚めさせることをおすすめします。前夜に下準備(ゆで卵や野菜の下ゆでなど)や加工品でひと工夫して簡単に準備ができるようにしましょう。

- ・冷凍うどんにカレーをかけてカレーうどん
- ・ごはんのに市販ミートソースとブロッコリー、ピザ用チーズをかけてミートソースドリア など…

誕生会 18日

- ・たけのこのお寿司
- ・鶏のから揚げ
- ・添え野菜
- ・ポテトサラダ
- ・ちくわのすまし汁
- ・オレンジ
- ・パバロア

3月 誕生会メニュー



弁当の日
25日



↑おやつは
おひなさまワッフルでした♪

今年度の給食担当は
大木・吉田・松本で頑張ります。
よろしくお願いします。

曜	日	献立名	3時のおやつ	未満児追加
月	8	ごはん 豆腐のそぼろ煮	お茶	牛乳
		きゅうりとかまぼこの酢物	フルーツヨーグルト	せんべい
	22	かぼちゃのみそ汁	クラッカー	
火	9	ごはん 魚のムニエル	牛乳	牛乳
		つわぶきの炒め煮	オレンジ	チーズ
	23	野菜スープ	かりんとう	
水	10	ごはん 鶏のみそ焼き	牛乳	ヨーグルト
		ほうれん草ののり和え	ジャムサンド	
	24	かきたまスープ		
木	11	ごはん 魚のチーズ焼き	牛乳	牛乳
		大豆とひじきの炒り煮	蒸しパン	バナナ
		筍のみそ汁		
金	12	ごはん じゃがいもの煮物	牛乳	牛乳
		白菜のツナ和え	手作りプリン	ビスコ
	26	チンゲン菜のみそ汁	クラッカー	
土	13	肉うどん	牛乳	牛乳
		春キャベツの即席漬け	バナナ	卵ボーロ
	27		おかき	
月	1	ごはん ミネストローネ	牛乳	牛乳
		チキン甘辛煮	ドーナッツ	せんべい
	15	甘酢白菜		
火	2	ごはん 魚の香味ソース	お茶	牛乳
	16	野菜サラダ	いちご	コーンフレーク
	30	もやしのみそ汁	カップヨーグルト	
水	3	ごはん ビーフカレー	牛乳	牛乳
		ごまじゃこ和え	りんごゼリー	チーズ
	17	オレンジ	ビスケット	
木	4	ごはん 鶏のから揚げ	牛乳	ヨーグルト
		ごまマヨサラダ	ホットケーキ	
		もずくスープ		
金	5	パン サーモンシチュー	お茶	牛乳
		コールスローサラダ	おにぎり	せんべい
	19	オレンジ		
土		ごはん ぶっトン煮	牛乳	牛乳
		とうふスープ	バームクーヘン	クッキー
	20	バナナ		

★ 献立は変更になることもあります。

★ 離乳食はその日の献立に応じて作っています。

