



春らしい陽気と共に、いよいよ新年度がスタートしました。新しい環境に戸惑っている子ども達や進級してお兄ちゃん、お姉ちゃんになった笑顔いっぱいの子ど達の表情はさまざまです。子ども達が「給食の時間って楽しい!」と思える安心感のある雰囲気づくりを大切にしていきたいと思ひます。

材料

- 白身魚 40g4切れ
- 片栗粉、小麦粉各大さじ1
- 揚げ油 少々
- にんにく、生姜 小さじ1
- 大葉 4枚
- ねぎ 1/3束
- しょうゆ、大さじ1
- 砂糖 小さじ1
- ごま油 大さじ2

作り方

- ①小麦粉、片栗粉を混ぜておく。
- ②魚に①の粉をつけ、180℃ぐらいの油で揚げる。
- ③にんにく、生姜はすりおろしておく。
- ④大葉は、1cm幅の千切り、ねぎは、小口切りにする。
- ⑤調味料と③④を混ぜ揚げた魚の上にかけて出来上がり。

☆朝ごはんを食べて登園しましょう☆

1日の食事で大切な朝ごはん。忙しい中で朝から、しっかり食べる事は大変なことです。朝ごはんは脳や体を目覚めさせ、1日の生活リズムを整えてくれます。朝ごはんからスタートする「朝型」の生活習慣は、肥満になりにくく、成績や運動機能を高め心の安定にもつながっていきます。



15日(水) 誕生会
メニュー:鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ いちご きゅうりの即席漬け 二色おにぎり 若竹汁
3時のおやつ:牛乳 プリン ベジタブルスナック

22日(水) お弁当の日



日	4月 献立	3時のおやつ	未満児朝のおやつ
水 1	ごはん 鶏のから揚げ きゅうりとかまぼこの酢の物 もずくスープ	牛乳 豆乳蒸しパン	牛乳 ビスケット
木 2・16・30	ごはん 鶏肉のみそ焼き ほうれん草ののり和え かきたまスープ	ココアミルク バナナ せんべい	牛乳 せんべい
金 3・17	パン お魚のシチュー コールスローサラダ オレンジ	お茶 わかめおにぎり	飲むヨーグルト
土 4・18	ごはん 肉うどん 春キャベツの即席漬け	牛乳 いちご クラッカー	牛乳 卵ボーロ
月 6・20	ごはん 鶏肉の甘辛煮 添え野菜 ミネストローネ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 せんべい
火 7・21	ごはん 魚の香味ソース 野菜サラダ もやしのみそ汁	牛乳 パイナップル ビスケット	牛乳 コーンフレーク
水 8	ごはん チキンカレー ごまじゅこ和え オレンジ	牛乳 りんごゼリー	牛乳 卵ボーロ
木 9・23	ごはん じゃがいもの煮物 白菜のツナ和え チンゲン菜のみそ汁	牛乳 ホットケーキ	飲むヨーグルト
金 10・24	ごはん 魚のムニエル つわぶきの炒め煮 野菜スープ	お茶 みるくっこ	牛乳 バナナ
土 11・25	ごはん ぶつとん煮 とうふスープ	牛乳 チーズ クラッカー	牛乳 せんべい
月 13・27	ごはん 豆腐のそぼろ煮 ごまマヨサラダ かぼちゃのみそ汁	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ビスケット
火 14・28	ごはん 魚のチーズ焼き 大豆とひじきの炒り煮 筍のみそ汁	お茶 フルーツヨーグルト コーンフレーク	牛乳 ビスコ

*離乳食は、月齢に応じてその日の献立の食材を使って作っています。

*食材の関係で、献立が変更する場合があります。

