

4月給食だより

入園・ご進級おめでとうございます。新しい環境に、わくわくしながらも少し緊張している子どもたちも多いことでしょう。給食の時間が、ほっとできる楽しいひとときになるよう、心をこめておいしい食事を提供していきます。今年度もどうぞよろしく願いいたします。

朝ごはんを食べよう！

朝食は一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。朝ごはん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、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり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！

旬のタケノコ

春は芽吹き季節。タケノコもあたたかさとともに土から頭を出します。水煮は年間を通して出回っていますが、香りや味は生から調理したものにはかないません。ゆでたり、炒めたりして、この時期だけのおいしさを味わいましょう。ゆでた後に節の間などに白く固まっているのはクロシンというものです。水に溶けにくいために浮き出ますが、体に悪いものではなく、必須アミノ酸の一種なので安心して食べられます。

24日 誕生会

メニュー

- ・ゆかりおにぎり
- ・魚のカレーフライ
- ・ブロッコリーの塩昆布サラダ
- ・トマト
- ・きのこのすまし汁
- ・いちごムース
- おやつ
- ・牛乳
- ・ロールケーキ



3月誕生会



さくらぐみ

リクエストメニュー



スペシャルメニュー

月	献立名	3時のおやつ	未満児追加	
13 27	月	ごはん 豆腐のそぼろ煮	牛乳	牛乳
		ごまマヨサラダ かぼちゃのみそ汁	ジャムサンド	せんべい
14 28	火	ごはん 魚のチーズ焼き	お茶	牛乳
		大豆とひじきの炒り煮 筍のみそ汁	フルーツヨーグルト クラッカー	ビスコ
1 15	水	ごはん 鶏のから揚げ	牛乳	牛乳
		きゅうりとたまごの酢の物 もずくスープ	豆乳蒸しパン	ビスケット
2 16 30	木	ごはん 鶏肉のみそ焼き	ミルク(又は牛乳)	ヨーグルト
		ほうれん草ののり和え かきたまスープ	いちご かりんとう	
3 17	金	ごはん シチュー	お茶	牛乳
		コールスローサラダ オレンジ	おにぎり(わかめ)	せんべい
4 18	土	肉うどん	牛乳	牛乳
		春キャベツの即席漬け	バナナ おかき	卵ポーロ
6 20	月	ごはん 鶏肉の甘辛煮(焼)	牛乳	牛乳
		添)キャベツ、きゅうり ミネストローネ	フレンチトースト	せんべい
7 21	火	ごはん 魚の香味ソース	牛乳	牛乳
		野菜サラダ もやしのみそ汁	パイナップル ビスケット	コーンフレーク
8 22	水	ごはん 千キンカレー	牛乳	牛乳
		ごまじゃこ和え オレンジ	りんごゼリー せんべい	卵ポーロ
9 23	木	ごはん じゃがいもの煮物	牛乳	ヨーグルト
		白菜のツナ和え 千ゲン菜のみそ汁	ホットケーキ	
10	金	ごはん 魚のムニエル	お茶	牛乳
		つわぶきの炒め煮 野菜たっぷりスープ	手作りプリン	バナナ
25	土	ごはん ぶっトン煮	牛乳	牛乳
		とうふスープ	チーズ クラッカー	せんべい

※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。

11日(土)は親子遠足です★

