



給食になれよう

ご入園・ご進級おめでとうございます。1年間給食を担当する黒坂香織(かおり)、及川和美(かずみ)、金澤孝枝(よしえ)です。

よろしくお願致します。
子供たちは、これから出会う友達や先生に、胸ときめかせていることでしょう。元気で園生活を送れるように、保護者の方にご協力をいただきながら、「何でも食べれる元気な子」を目指していきたいと考えています。朝食をしっかりと、体調を整えて元気に登園しましょう。

4月は新入園児が給食に早くなじめるように、食べやすい献立が中心になっています。全園児楽しい雰囲気でご食べられるよう給食を作っています。

♥さくらんぼ組(0,1歳児)、つくし組(2歳児)の主食(ご飯)は保育園で用意します。きのこ組、どんぐり組、まつぼっくり組はお弁当に食べられる量のご飯を詰めてきてください。

♥土曜日と毎月のお誕生会は保育園で主食(ご飯、麺類、パン)を用意しますので、お弁当はいりません。

♥9/27(まつぼっくり組) 7/5(どんぐり組)、8/2(きのこ組)、11/29(つくし組)のクラス参観を予定しています。
給食体験がありますので、きのこ組、どんぐり組、まつぼっくり組は親御さんでご飯をお願いします。つくし組は親御さんのみご飯をお願いします。クラス参観日の月にまた、お知らせ致します。

♥お箸セット、おしぼりは、毎日きれいに持たせてください。
♥食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

誕生会のメニュー

- ★ チキンライス
- ★ 鶏肉のから揚げ
- ★ ギョウザピザ
- ★ 野菜サラダ
- ★ トマトスープ
- ★ フルーツ盛り合わせ

4月22日(火)はお誕生会です。お弁当は入りません。(箸セット、おしぼりはお願いします)

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児			未満児	以上児
1	火	牛乳・せんべい	豚肉の生姜焼き・レタス・キャベツのごまサラダ・味噌汁・果物		牛乳☆ドーナツ	510	360
2	水	牛乳・ビスケット	鮭の照り焼き・五目大豆煮・芋のレモン煮・味噌汁・果物		牛乳☆チョコ蒸しパン	469	325
3	木	牛乳・ビスコ	鶏肉のマーマレード焼き・スイートポテトサラダ・中華和え・味噌汁・果物		牛乳・バームクーヘン	451	300
4	金	牛乳・卵ボーロ	松風焼き・炒合菜・ミニトマト・味噌汁・果物		牛乳☆ホットケーキ	569	442
5	土	ヨーグルト	ジャムサンド・クリームシチュー・果物		麦茶・お菓子		
6	日						
7	月	牛乳・フレーク	鶏のソース焼き・ジャーマンポテト・味噌汁・果物		牛乳☆シュガーラスク	564	370
8	火	牛乳・えびせん	鮭の塩焼き・和風ひじきサラダ・かぼちゃの甘煮・味噌汁・果物		☆うどん汁	383	207
9	水	牛乳・サブレ	麻婆豆腐・中華サラダ・竹輪の磯辺揚げ・スープ・果物		☆フルーツヨーグルト	477	291
10	木	牛乳・せんべい	鶏肉の味噌焼き・春雨ソテー・マカロニサラダ・味噌汁・果物		牛乳☆黒ごまケーキ	613	437
11	金	牛乳・ウエハース	たこ天・青菜ともやしのナムル・味噌汁・果物		ウエハース・プリン	457	371
12	土	プリン	ミートソーススパゲティ・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
13	日						
14	月	牛乳・ハーベスト	鮭の西京焼き・切干大根煮・枝豆・味噌汁・果物		牛乳・クッキー	494	355
15	火	牛乳・ビスケット	厚焼き玉子・大豆とウインナーのトマト煮・浸しあえ・味噌汁・果物		牛乳☆メープルサンド	519	387
16	水	牛乳・クッキー	ハンバーグ・スパゲティソテー・塩もみ野菜・スープ・果物		牛乳・かりんとう	555	389
17	木	牛乳・ビスコ	魚の香り揚げ・大根サラダ・ブロッコリーのおかか和え・味噌汁・果物		牛乳☆苺のハウンドケーキ	561	437
18	金	牛乳・プリッツ	カレー・フレンチサラダ・ポイルウインナー・スープ・果物		☆カルピスゼリー	504	371
19	土	ヨーグルト	焼きそば・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
20	日						
21	月	牛乳・フレーク	鮭のみそ焼き・千切り野菜の炒め煮・そうめん汁・果物		牛乳☆ブルーベリーケーキ	552	369
22	火	ヨーグルト	誕 生 会		ジュース☆ロールケーキ	649	753
23	水	牛乳・えびせん	豚肉のごま焼き・涼伴三糸・粉ふき芋・味噌汁・果物		ウエハース・ゼリー	387	203
24	木	牛乳・ビスケット	煮魚・ポテトサラダ・ゆかり和え・味噌汁・果物		麦茶☆若布のおにぎり	507	332
25	金	牛乳・ビスコ	スパニッシュオムレツ・大豆サラダ・ほうれん草のごま和え・味噌汁・果物		牛乳・ミニクリームパン	592	476
26	土	プリン	カレーうどん・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
27	日						
28	月	牛乳・プリッツ	炒り豆腐・しょうゆフレンチ・トマト・味噌汁・果物		牛乳☆みたらし団子	505	372
29	火		昭 和 の 日				
30	水	牛乳・卵ボーロ	魚の黄金焼き・青菜の板かま和え・さつまいもの甘煮・味噌汁・果物		牛乳☆フレークファッジ	563	440

※以上児のカロリーは副食給食のみのカロリーとなっており、主食(ご飯)のカロリーは含まれていません。
※(参考)主食・ご飯110g(目安量)のカロリーは185kcalです。※「全園児午後のおやつ」の欄の☆印は手作りおやつの日です