

ご入園・ご進級おめでとうございます

かわいいお花が咲きそろい、気持ちのよい春がやってきました。
新入園児さんにとっては初めての給食ですね。育ち盛りのお子様が安心して楽しい食生活を送れるよう努めたいと思います。また、ご家庭と連携をとっていきたいと思いますのでご協力よろしくお願いいたします。



4月の給食だより

令和 4年 4月 めばえのにわ保育園



新入園児さんにとっては初めての給食ですね。育ち盛りのお子様が安心して楽しい食生活を送れるよう努めたいと思います。また、ご家庭と連携をとっていきたいと思いますのでご協力よろしく願いいたします。



4(月)		5(火)		6(水)		7(木)		8(金)		9(土)			
大豆入りカレー・マカロニサラダ ミルクスープ ☆ 豚・牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 大豆 牛乳 精白米 カレールウ ☆ マカロニ 人参 キャベツ 鶏卵 コーン ☆ こまつな 人参 玉ねぎ 牛乳		ご飯・鶏肉のさっぱり煮 春キャベツのゴマ和え・卵スープ ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 ☆ 春キャベツ きゅうり 人参 ごま ☆ 青ねぎ 鶏卵 人参 玉ねぎ		ご飯・ずすきの照焼・新玉ねぎ入り野菜炒め みそ汁(大根と油揚げ) ☆ 精白米 ☆ ずすき ☆ 玉ねぎ 人参 青ピーマン キャベツ ☆ 大根 人参 油揚げ		ご飯・厚揚げのそぼろ煮 切り干し大根のサラダ・すまし汁 ☆ 精白米 ☆ 厚揚げ 鶏ひき肉 人参 ☆ 切り干しだいこん ごま 人参 きゅうり ☆ えのきたけ わかめ 玉ねぎ		ご飯・赤魚の煮付け・ポテトサラダ みそ汁(小松菜) ☆ 精白米 ☆ 赤魚 ☆ じゃがいも 人参 きゅうり コーン ☆ ツナ缶 ☆ 小松菜 人参 玉ねぎ 油揚げ		わかめごはん・高野豆腐の卵とじ・豚汁 ☆ 精白米 わかめ いりごま ☆ 凍り豆腐 鶏卵 人参 生しいたけ さやえんどう ☆ 豚肉 こんにゃく さといも 大根 人参 こねぎ		お菓子・バナナ・牛乳 ☆ お菓子 ☆ バナナ ☆牛乳	
きな粉サンド・牛乳 ☆ 食パン きな粉 牛乳 ☆ 牛乳		よもぎ蒸しパン・牛乳(3時) ☆ よもぎ 鶏卵 薄力粉 牛乳 ☆ 牛乳		りんごのレーズン煮・牛乳 ☆ りんご レーズン ☆ 牛乳		フルーツヨーグルト ☆ プレーンヨーグルト バナナ りんご キウイフルーツ ☆ 牛乳		マカロニきなこと・牛乳 ☆ マカロニ きな粉 いりごま ☆ 牛乳		焼きそば・葱入り卵焼き みそ汁(豆腐・ワカメ) ☆ 中華めん 人参 玉ねぎ もやし キャベツ ☆ 豚肉 青ピーマン ☆ 鶏卵 こねぎ ☆ 玉ねぎ かぼちゃ 青ねぎ 木綿豆腐			
11(月)		12(火)		13(水)		14(木)		15(金)		16(土)			
ご飯・高野豆腐の卵とじ ブロッコリーのおかか和え・若竹汁 ☆ 精白米 ☆ 凍り豆腐 鶏卵 人参 生しいたけ さやえんどう ☆ ブロッコリー 削り節 ☆ たけのこ 乾わかめ		ご飯・さわらの白みそ焼き・すまし汁 アスパラのツナマヨあえ ☆ 精白米 ☆ さわら ☆ 玉ねぎ 青ねぎ 油揚げ 絹ごし豆腐 ☆ アスパラガス キャベツ 人参 ツナ缶		ロールパン・クリームシチュー・玉子サラダ バナナ ☆ ロールパン ☆ 鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 牛乳 ☆ シチュールウ ☆ 鶏卵 キャベツ きゅうり ☆ バナナ		ご飯・鮭の胡麻味噌焼・ビーンズポテトサラダ すまし汁(きのこ) ☆ 精白米 ☆ さけ ごま ☆ 大豆 じゃがいも 人参 きゅうり ☆ しめじ えのき 玉ねぎ 人参 ねぎ		ご飯・春雨の中華炒め・煮玉子・豆乳スープ ☆ 精白米 ☆ はるさめ 牛ひき肉 人参 青ピーマン 生しいたけ ☆ 鶏卵 ☆ 豆乳 かぼちゃ 玉ねぎ こねぎ		ご飯・厚揚げと大根のそぼろ煮・みそ汁(里芋) ☆ 精白米 ☆ 鶏ひき肉 厚揚げ 大根 こねぎ 人参 ほんしめじ ☆ さといも 玉ねぎ こねぎ 人参			
ごまいりこ・バナナ・牛乳 ☆ 田作り ごま ☆ バナナ		玄米フレーククッキー・乳酸菌飲料 ☆ 無塩バター 玄米フレーク 小麦粉 ☆ 乳酸菌飲料		おかかチーズおにぎり・牛乳(3時) ☆ 精白米 チーズ 削り節 ☆ 牛乳		ポパイケーキ・牛乳 ☆ ほうれん草 ホットケーキミックス ゴマ 牛乳 ☆ 牛乳		餃子のピザ・牛乳 ☆ ぎょうざの皮 ビーマン ツナ缶 チーズ ☆ 牛乳		お菓子(3時)・チーズ・牛乳(3時) ☆ おかし ☆ チーズ ☆牛乳			
18(月)		19(火)		20(水)		21(木)		22(金)+RC:R[11]C		23(土)			
親子丼ぶり・五目きんぴら・納豆汁 ☆ 鶏卵 鶏もも肉 玉ねぎ 切りみづば 焼きのり ☆ ごぼう 大根 人参 しらすたき ごま こねぎ ☆ 納豆 人参 こねぎ キャベツ		ご飯・さばの立田揚げ・ほうれん草の磯和え みそ汁(切干大根) ☆ 精白米 ☆ さば ☆ ほうれん草 人参 あおのり キャベツ ☆ 切干しだいこん 人参 油揚げ		たけのこごはん・鶏の葱ポン焼 きかべつ(塩昆布和え・豆乳味噌汁) ☆ 精白米 たけのこ ☆ 鶏もも肉 長ねぎ ☆ キャベツ 人参 塩昆布 ごま ☆ かぼちゃ 人参 玉ねぎ 豆乳		ご飯・豆腐ステーキ・スナッパえんどう・豚汁 ☆ 精白米 ☆ 木綿豆腐 人参 生しいたけ 玉ねぎ ほうれん草 ☆ スナッパえんどう ☆ 豚肉 こんにゃく 大根 ごぼう 人参 ねぎ ☆ 青ねぎ		ご飯・白身魚のタルタル焼き ブロッコリーのおかか和え・けんちん汁 ☆ 精白米 ☆ メルルーサ 鶏卵 あおのり ☆ ブロッコリー 人参 削り節 ☆ 人参 大根 さといも ごぼう 木綿豆腐 こねぎ ☆ こんにゃく		ご飯・肉じゃが・ブロッコリー みそ汁(厚揚げ) ☆ 精白米 ☆ 人参 玉ねぎ 牛肉 じゃがいも ☆ ブロッコリー ☆ 厚揚げ 人参 玉ねぎ こまつな バナナ・小魚・牛乳 ☆ バナナ ☆ うるめいわし 干し ☆牛乳			
あんこクッキー・牛乳(3時) ☆ 鶏卵 つぶしあん 無塩バター 薄力粉 ☆ 牛乳		フルーツゼリー・牛乳(3時) ☆ りんご バナナ ゼラチン ☆ 牛乳		蒸し芋・牛乳(3時) ☆ さつまいも ☆ 牛乳		バナナケーキ・牛乳(3時) ☆ バナナ 薄力粉 無塩バター 牛乳 ☆ 牛乳		おにぎり(切干大根)・牛乳(3時) ☆ 牛乳 ☆ 精白米 切干大根 人参 油揚げ		昭和の日			
25(月)		26(火)		27(水)		28(木)		29(金)		30(土)			
ご飯・千草焼・かぼちゃ煮・豆乳スープ ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ さやいんげん ☆ かぼちゃ ☆ 豆乳 ねぎ ぶなしめじ えのきたけ 人参 玉ねぎ		ご飯・高野のから揚げ・ひじき煮・豚汁 ☆ 精白米 ☆ 高野豆腐 ☆ 乾ひじき 油揚げ さやえんどう 大豆 にんじん ☆ 豚肉 大根 さといも 人参 ねぎ		ご飯・豚のしょうが煮・春キャベツサラダ すまし汁(大根・油揚げ) ☆ 精白米 ☆ 豚肉 しょうが ☆ キャベツ 人参 きゅうり ☆ 大根 油揚げ 人参 ねぎ		鮭ごはん・納豆のハリハリ和え・わかめスープ ☆ 鮭 精白米 ごま ☆ 納豆 切り干しだいこん 人参 こまつな いりごま ☆ わかめ 玉ねぎ 人参 ごま		豚肉ときこの和風スパゲティー バイクドじゃが・卵スープ ☆ マカロニ 豚肉 ☆ ぶなしめじ えのきたけ 玉ねぎ 青ねぎ パター ☆ じゃがいも バセリ ☆ ねぎ 鶏卵 人参 玉ねぎ		じゃこおにぎり・牛乳(3時) ☆ 精白米 しらす干し あおのり むきごま ☆ 牛乳			
きな粉入りホットケーキ・牛乳 ☆ ホットケーキミックス きな粉 牛乳 ☆ 牛乳		新じゃがフライ・牛乳(3時) ☆ じゃがいも ☆ 牛乳		ラスク(青のり・チーズ・ゴマ)・牛乳(3時) ☆ 食パン あおのり チーズ ごま ☆ 牛乳		豆腐ドーナツ・牛乳(3時) ☆ ホットケーキ 木綿豆腐 ごま ☆ 牛乳							

《展示食について》

毎日の給食とおやつ、離乳食を
展示しています。
お迎えの時にぜひご覧ください。

《献立表について》

記載されているメニューは幼児食のものです。
離乳食やアレルギー対応のメニュー等の情報をご希望の方
は、担任または栄養士までお気軽にお声がけください。

《早寝・早起き・朝ごはん》

子ども達が楽しく元気に過ごすには、朝起きてしっかりと
朝食をとり、よく遊び、夜はぐっすりと眠るという“生活リズム”
を整えることが大切です。
親子で新生活のリズムをぜひ見直してみましょう。



