



4月の給食だより

ご入園・ご進級おめでとうございます。

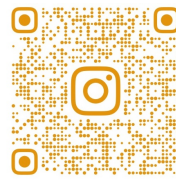
かわいいお花が咲きそろい、気持ちの良い春がやってきました。

新入園児さんにとっては初めての給食ですね。

育ち盛りのお子さまが安心して楽しい食生活を送れるよう、

ご家庭と連携をとりながら努めていきたいと思っておりますので

ご協力よろしくお願い致します。



令和6年4月 めばえのにわ保育園

給食の様子やレシピなど、
ホームページやインスタグラムで配信
しています。ぜひご覧ください♪



1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
親子丼ぶり・五目きんぴら みそ汁(小松菜) ☆ 鶏卵 鶏もも肉 玉ねぎ のり 精白米 ☆ ごぼう 大根 人参 しらすたき ごま ねぎ ☆ 人参 玉ねぎ 小松菜 油揚げ	アマランサスご飯・かれのいあんかけ ほうれん草の納豆和え・みそ汁(わかめ) ☆ アマランサス 精白米 ☆ まがれい ☆ 納豆 ほうれん草 人参 ☆ 人参 玉ねぎ 豆腐 わかめ ねぎ	わかめごはん・厚揚げのそぼろ煮 切り干し大根のサラダ・ミルクスープ ☆ 精白米 わかめ ごま ☆ 厚揚げ 鶏ひき肉 ☆ 切り干しだいこん 人参 きゅうり ごま ☆ こまつな 人参 玉ねぎ 牛乳	ご飯・鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのおかか和え・卵スープ ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 ☆ ブロッコリー 人参 かつお節 ☆ 鶏卵 人参 玉ねぎ 生しいたけ	ご飯・鮭の胡麻味噌焼・ビーンズポテトサラダ すまし汁(大根・油揚げ) ☆ 精白米 ☆ さけ ごま ☆ 大豆 じゃがいも 人参 きゅうり ☆ 大根 油揚げ 人参 ねぎ 玉ねぎ	カレーライス・ヨーグルト ☆ 精白米 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ☆ カレールウ ☆ ヨーグルト
きな粉サンド・牛乳 ☆ 食パン きな粉 牛乳 ☆ 牛乳	ツナ入り芋餅・牛乳 ☆ じゃがいも ツナ缶 ☆ 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	餃子のピザ・牛乳 ☆ ぎょうざの皮 コーン ツナ缶 チーズ ☆ 牛乳	お野菜ホットケーキ・牛乳 ☆ かぼちゃ ホットケーキ粉 牛乳 ☆ 牛乳	お菓子・バナナ・牛乳 ☆ おかし ☆バナナ ☆牛乳
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
ロールパン・クリームシチュー・玉子サラダ ☆ ロールパン ☆ 鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー ☆ シチュールー 牛乳 ☆ 鶏卵 キャベツ きゅうり 人参	ご飯・高野のから揚げ・ひじき煮・豚汁 ☆ 精白米 ☆ 凍り豆腐 ☆ 乾ひじき 油揚げ 大豆 人参 さやいんげん ☆ 豚肉 こんにゃく さといも 大根 人参 ねぎ	ご飯・すずきの照焼・新玉ねぎ入り野菜炒め みそ汁(きのこ) ☆ 精白米 ☆ すずき ☆ 玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ ☆ 生しいたけ えのきたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ	ご飯・千草焼(しらす)・かぼちゃ煮 豆乳みそ汁(小松菜) ☆ 精白米 ☆ しらす干し 鶏卵 玉ねぎ 人参 さやいんげん ☆ かぼちゃ ☆ 豆乳 こまつな 玉ねぎ 人参	ご飯・赤魚の煮付け・納豆 アスパラのツナマヨあえ・みそ汁(切干大根) ☆ 精白米 ☆ 赤魚 ☆ 納豆 ☆ アスパラガス キャベツ 人参 ツナ缶 ☆ 切り干しだいこん こまつな 人参	焼きそば・葱入り卵焼き みそ汁(豆腐・ワカメ) ☆ 中華めん 人参 もやし キャベツ ☆ 豚肉 ビーマン ☆ 鶏卵 ねぎ ☆ 玉ねぎ 豆腐 乾わかめ
おかかチーズおにぎり・牛乳 ☆ 精白米 チーズ かつお節 ☆ 牛乳	ヨーグルトみかんケーキ・牛乳 ☆ プレーンヨーグルト みかん 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	新じゃがフライ・牛乳 ☆ りんご ☆ 牛乳	お菓子・いちご・牛乳 ☆ お菓子 ☆ いちご ☆牛乳	わかめおにぎり・牛乳 ☆ 精白米 乾わかめ ごま ☆ 牛乳
15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
大豆入り野菜カレー・スープ ブロッコリーとコーンのサラダ ☆ 牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 大豆 ☆ カレールウ 牛乳 精白米 キヌア ☆ ブロッコリー スイートコーン 人参 ☆ キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン	ご飯・さばの立田揚げ・ひじきサラダ みそ汁(切干大根) ☆ 精白米 ☆ さば ☆ 人参 きゅうり 乾ひじき キャベツ ☆ 切り干しだいこん 人参 厚揚げ がなしめじ	きのこご飯・豚のしょうが煮 春キャベツサラダ・かきたま汁 ☆ 精白米 しめじ えのきたけ 人参 ☆ 豚肉 しょうが 玉ねぎ ☆ キャベツ 人参 きゅうり ☆ 鶏卵 玉ねぎ 人参 麩	ご飯・鯖の白みそ焼き・春キャベツサラダ ミルクスープ ☆ 精白米 ☆ さわら ☆ キャベツ 人参 きゅうり ☆ こまつな 人参 玉ねぎ 牛乳 厚揚げ	わかめうどん・小松菜のじゃこ和え 納豆玉子焼き ☆ うどん 乾わかめ 油揚げ 玉ねぎ ☆ こまつな 人参 しらす干し キャベツ ☆ 鶏卵 納豆	ご飯・新じゃがのカレー肉じゃが ブロッコリーのおかか和え・みそ汁 ☆ 精白米 ☆ 牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ カレー粉 ☆ ブロッコリー 人参 かつお節 ☆ えのきたけ わかめ 玉ねぎ
マカロニきなこ・りんご・牛乳 ☆ マカロニ きな粉 ☆ りんご	よもぎケーキ・牛乳 ☆ よもぎ 米粉 牛乳 ☆ 牛乳	さつまいもスティック・牛乳 ☆ さつまいも パター ☆ 牛乳	ジャコチーズパン・牛乳 ☆ 食パン しらす干し チーズ ☆ 牛乳	きな粉おにぎり・牛乳 ☆ 精白米 きな粉 ☆ 牛乳	ブルーン・お菓子・牛乳 ☆ 干しブルーン ☆ お菓子 ☆牛乳
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
鮭ごはん・納豆のハリハリ和え みそ汁(じゃがいも) ☆ さけ 精白米 ごま ☆ 納豆 切り干しだいこん 人参 こまつな ☆ 玉ねぎ じゃがいも ねぎ 人参 油揚げ	アマランサスご飯・豆腐ステーキ スナッフえんどう・かきたま汁(もずく) ☆ アマランサス 精白米 ☆ 豆腐 人参 生しいたけ 玉ねぎ ほうれん草 ☆ スナッフえんどう ☆ もずく 鶏卵 人参 玉ねぎ	たけのこごはん・鶏の葱ポン焼 きゃべつのはん布和え・豆乳みそ汁(かぼちゃ) ☆ 精白米 たけのこ 油揚げ ☆ 鶏もも肉 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・白身魚のフライ・切り干し大根の煮物 けんちん汁 ☆ 精白米 ☆ メルルーサ パン粉 薄力粉 ☆ 切り干しだいこん 人参 油揚げ いんげん ☆ 人参 大根 ごぼう 豆腐 ねぎ	ご飯・健康ふりかけ・高野の含め煮 ブロッコリーのじゃこ炒め・若竹汁 ☆ 精白米 ☆ かつお節 あおりの ごま ☆ 高野豆腐 ☆ ブロッコリー しらす干し 人参 ☆ たけのこ 乾わかめ	ご飯・納豆・筑前煮・みそ汁(きゃべつ) ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ 鶏もも肉 こんにゃく れんこん ごぼう ☆ さやいんげん 人参 ☆ キャベツ 人参 玉ねぎ こねぎ 油揚げ
豆腐ドーナツ(ココア)・牛乳 ☆ 木綿豆腐 純ココア ホットケーキミックス ☆ 牛乳	ごまいりこ・バナナ・牛乳 ☆ 小魚 ごま ☆ バナナ ☆牛乳	フルーツゼリー・牛乳 ☆ りんご バナナ ゼラチン りんごジュース ☆ 牛乳	ゴマラスク・牛乳 ☆ 食パン ごま きな粉 パター ☆ 牛乳	じゃこ入りじゃが芋餅・牛乳 ☆ しらす干し じゃがいも ☆ 牛乳	チーズ・りんご・牛乳 ☆ りんご ☆牛乳
29(月)	30(火)				
昭和の日	切干大根ご飯・豆腐ハンバーグ コロコロ 野菜サラダ・みそ汁(小松菜) ☆ 切り干しだいこん 人参 油揚げ 精白米 ☆ 豆腐 鶏ひき肉 ねぎ ☆ じゃがいも 人参 ブロッコリー ごま ☆ こまつな 玉ねぎ 人参 餃子のピザ・牛乳 ☆ ぎょうざの皮 ビーマン コーン ツナ缶 ☆ プロセスチーズ	【展示食】 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】 記載している献立は、幼児食のもので 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 までお声がけください。	【早寝・早起き・朝ごはん】 子どもたち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整えてみましょう！	

