

# 4月の給食だより

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
	ご飯・親子丼・みそ汁(豆腐) 春キャベツのドレッシングサラダ・牛乳 ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 鶏卵 にんじん たまねぎ 糸みつば ☆ にんじん キャベツ りよくとうもやし ☆ にんじん たまねぎ 木綿豆腐 ほうれんそう お茶・フルーツヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ プレーンヨーグルト バナナ みかん缶詰	ツナ入り炊き込みご飯・厚揚げのそぼろ煮 ブロッコリーの塩炒め・すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 鶏白湯 ツナ缶 ひじき にんじん ☆ 生揚げ ぶたひき肉 にんじん たまねぎ ☆ にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ ☆ 木綿豆腐 青ねぎ にんじん たまねぎ えのき 牛乳・レモンクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ 薄力粉 有塩バター	ご飯・ひき肉入り卵焼き 切り干し大根のサラダ・みそ豆乳スープ ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 にんじん たまねぎ 鶏卵 ねぎ ひじき ☆ 切干しだいこん ツナ缶 マヨネーズ キャベツ ☆ かぼちゃ ほうれんそう 豆乳 にんじん 玉ねぎ 牛乳・みかんケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス みかん缶詰	ご飯・チキンカツ・酢の物 すまし汁(切干大根) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 薄力粉 パン粉 あおさ ☆ にんじん キャベツ りよくとうもやし ☆ 切干し大根 にんじん たまねぎ 豆腐 小松菜 牛乳・チーズクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ 薄力粉 チーズ 有塩バター 砂糖	ご飯・鶏肉と野菜の煮物・ゆかりの和えもの みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 にんじん じゃがいも たまねぎ ☆ キャベツ にんじん ☆ にんじん たまねぎ 木綿豆腐 こまつな 牛乳・きなこケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ きな粉 ホットケーキ粉
7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
ご飯・麻婆豆腐・バイクドじゃが 中華スープ ☆ 精白米 ☆ 豆腐 豚ひき肉 にんじん たまねぎ ピーマン 片栗粉 ごま油 ☆ じゃがいも あおさ ☆ にんじん たまねぎ ほうれんそう もやし 牛乳・バナナ・チーズ ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ☆ チーズ	ご飯・鯖のごま焼き・小松菜と厚揚げのお浸し みそ汁(大根、油揚げ) ☆ 精白米 ☆ さば ごま ☆ にんじん こまつな たまねぎ 生揚げ ☆ だいこん にんじん たまねぎ 青ねぎ わかめじゃこおにぎり・牛乳 ☆ 精白米 煮干し 乾わかめ ☆ 普通牛乳	ご飯・鮭のみそ焼き・切干し大根の煮物 すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 鮭 ☆ 切干しだいこん にんじん さやいんげん ☆ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ こまつな 牛乳・ココアサンド ☆ 精白米 煮干し 乾わかめ ☆ 食パン ビュアココア	ご飯・納豆・カレイの照り焼き マカロニのケチャップソテー・みそ汁(じゃがいも) ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ まがれい ☆ マカロニ トマトホール缶詰 にんじん たまねぎ トマトケチャップ 青ピーマン 牛乳・苺ジャムケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス いちごジャム	ご飯・健康ふりかけ・筑前煮・おかか和え すまし汁(小松菜) ☆ 精白米 ☆ 煮干し あおさ ☆ にんじん だいこん ごぼう 鶏もも肉 生揚げ ☆ かつお節 キャベツ りよくとうもやし ☆ たまねぎ こまつな 木綿豆腐 牛乳・プレーンラスク ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン 有塩バター	ご飯・鯖の味噌煮・野菜炒め すまし汁(えのき) ☆ 精白米 ☆ さばしょうが ☆ キャベツ にんじん たまねぎ ☆ にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ 木綿豆腐 牛乳・ぶどうゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ ぶどうジュース 寒天
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
ご飯・カレイの野菜あんかけ・ふりかけ かぼちゃのオープン焼き・みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ まがれい 糸みつば にんじん たまねぎ ☆ かぼちゃ チーズ ☆ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ ほうれんそう ☆ あおのり 煮干し お茶・フルーチェ ☆ 麦茶 ☆ 普通牛乳 フルーチェ	ご飯・春野菜のチキンカレー ブロッコリーサラダ・もやしスープ ☆ 精白米 ☆ にんじん じゃがいも たまねぎ 鶏もも肉 カレールウ アスパラガス ☆ ブロッコリー にんじん キャベツ ツナ缶 マヨネーズ 牛乳・ジャムサンド ☆ 普通牛乳 ☆ 食パン いちごジャム	ご飯・鮭のマヨネーズ焼き・三色ナムル 新玉ねぎのスープ ☆ 精白米 ☆ 鮭 にんじん たまねぎ マヨネーズ パセリ ☆ にんじん キャベツ りよくとうもやし ほうれんそう いりごま ごま油 牛乳・お野菜ホットケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス ほうれんそう にんじん	ご飯・ひじきそぼろ丼・ジャーマンポテト みそ汁(きゃべつ) ☆ 精白米 ☆ 乾ひじき いんげん 鶏ひき肉 高野豆腐 人参 たまねぎ ☆ じゃがいも にんじん たまねぎ ☆ にんじん たまねぎ キャベツ 木綿豆腐 青ねぎ 牛乳・フルーツゼリー ☆ 麦茶 ☆ りんごジュース 寒天 みかん缶詰	ご飯・お豆腐ミートローフ・かぼちゃの煮物 コーンの豆乳スープ ☆ 精白米 ☆ 豆腐 豚ひき肉 青ピーマン にんじん たまねぎ ☆ かぼちゃ ☆ コーン たまねぎ 人参 豆乳 ほうれん草 牛乳・オレンジ・小魚 ☆ 普通牛乳 ☆ オレンジ ☆ 小魚	ご飯・豚のしょうが煮・こぶきいも すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ☆ じゃがいも ☆ 木綿豆腐 青ねぎ にんじん たまねぎ えのき 牛乳・バナナケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ホットケーキミックス
21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
ご飯・ホキの甘辛揚げ・春雨サラダ すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ ホキ 片栗粉 ☆ にんじん りよくとうもやし キャベツ はるさめ ☆ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ ほうれんそう 牛乳・さつまいも蒸しパン ☆ 普通牛乳 ☆ さつまいも ホットケーキ粉	ご飯・ミートソースオムレツ・春野菜のソテー もやしスープ ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 にんじん たまねぎ トマトケチャップ ☆ ぶたひき肉 トマトホール缶詰 ☆ キャベツ にんじん たまねぎ アスパラガス ☆ りよくとうもやし にんじん たまねぎ こまつな 牛乳・鮭のおにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 さけいりごま	ご飯・お豆腐ナゲット・ひじき煮 みそ汁(かぼちゃ) ☆ 精白米 ☆ 鶏ひき肉 木綿豆腐 マヨネーズ ☆ 乾ひじき さやいんげん れんこん にんじん ☆ かぼちゃ にんじん たまねぎ ほうれんそう 牛乳・バナナ・きなこスナック ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ☆ 鮭 きな粉 バター	ご飯・カレイのポテトチーズ焼き もやしのゴマ酢和え・みそ汁(小松菜) ☆ 精白米 ☆ まがれい じゃがいも チーズ マヨネーズ ☆ もやし キャベツ いりごま にんじん ☆ にんじん たまねぎ こまつな 木綿豆腐 牛乳・おぐらサンド ☆ 普通牛乳 ☆ 食パン つばしあん ホイップクリーム	ご飯・豚じゃが・ほうれん草のごま和え みそ汁(豆腐)・牛乳 ☆ 精白米 ☆ 豚肉 にんじん じゃがいも たまねぎ ☆ にんじん キャベツ りよくとうもやし ごま ほうれんそう ヤクルト・ココアいちごケーキ ☆ 乳酸菌飲料 ☆ 純ココア ホットケーキミックス いちご	ボークカレー・マカロニサラダ・オレンジ ☆ 豚ひき肉 にんじん たまねぎ じゃがいも 大根 カレールウ ☆ マカロニ にんじん マヨネーズ キャベツ きゅうり ☆ オレンジ 牛乳・カルピスゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ 乳酸菌飲料 みかん缶詰 粉寒天
28(月)	29(火)	30(水)	<div data-bbox="1137 1098 1288 1300" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1332 1109 1915 1276" data-label="Text"> <p>暖かな春風に包まれ、入園・進級の日を迎えました。                      新入園児のお友達はドキドキの毎日ですね。                      様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事に興味を持つ                      ような環境づくりに努めてまいりたいと思います。                      また、旬の食材を使った安全でおいしい給食を提供してまい                      りますので、よろしくお願致します。</p> </div> <div data-bbox="1971 1085 2150 1284" data-label="Image"> </div>		
ご飯・焼きそば・バイクドじゃが みそ汁(ふ、わかめ)・バナナ・牛乳 ☆ 精白米 ☆ 中華めん 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ お好み焼きソース あおさ ☆ じゃがいも あおさ ☆ 鮭 たまねぎ にんじん 塩わかめ お茶・コーンフレークヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ コーンフレーク ヨーグルト	昭和田 ブルコギ丼・ひじきサラダ すまし汁(豆腐) ☆ にんじん もやし ぶたひき肉 いりごま たまねぎ 青ピーマン ☆ きゃべつ ひじき ☆ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ こまつな 牛乳・オレンジゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ みかんジュース みかん缶詰 寒天				

給食をよい子ネットで毎日 配信しています。  
 ご覧ください。  
 給食に関する質問やご相談がありましたら、  
 お気軽に担任を通し給食室にご相談ください。

朝ごはんを食べよう  
 ◎体温を上げることで身体が活発に  
 ◎血糖値を上げて脳にエネルギーを  
 ◎噛むことで脳が目覚める  
 ◎胃腸が活発になり、便秘解消に

春の旬の野菜・果物  
 新玉ねぎ、春キャベツ、竹の子、いちご、菜の花。冬の間にエネルギーを蓄えた「芽」や「根」には栄養がいっぱいです。  
 園でも給食で季節を感じてもらえるように、旬の食材をたくさん取り入れています。子ども達にも、給食を通して旬の食材を知ってもらいたいです。