

# 4月の献立予定表

武内保育園

日	曜	副食 (共通)	未満児			おやつ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
1	木	魚の野菜あんかけ,三色和え,チンゲン菜の味噌汁,オレンジ	麦ごはん	納豆和え	いりこ	いりこ	のむヨーグルト 大学トースト
2	金	野菜たっぷりオムレツ,中華サラダ,わかめの味噌汁,パイナップル	麦ごはん	野菜ビーンズ	牛乳,パン	いりこ	ジュース ☆チョコスコーン
3	土	入園式(パン・ジュース・バナナ)			🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌		
5	月	☆豆腐のキーマカレー,ツナサラダ,キャベツのスープ オレンジ	麦ごはん	ほうれん草のおひたし	コーンフレーク	いりこ	おむすび (ゆかり)
6	火	鮭のマヨみそ焼き,高野豆腐の卵とじ,もやしの味噌汁 りんご	麦ごはん	がんもの煮物	ジュース ウエハース	いりこ	牛乳 ピザトースト
7	水	ミートソーススパゲティ,五目金平,しめじの味噌汁,いちご	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	おむすび (やさしい)
8	木	竹輪の磯辺揚げ,ポークビーンズ,すまし汁,パイナップル	麦ごはん	金平れんこん	いりこ	いりこ	ジュース マフィン
9	金	鶏肉のトマト煮,おからサラダ,玉ねぎの味噌汁,バナナ	麦ごはん	肉じゃが	牛乳,パン	いりこ	ミルク 麩ラスク
10	土	☆三色丼,野菜炒め,にらの味噌汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌		おむすび(うめ)
12	月	手作りシューマイ,☆春キャベツのポテトサラダ, しめじの味噌汁,バナナ	麦ごはん	ごぼうのみそ煮	コーンフレーク	いりこ	おむすび(のり)
13	火	魚のベーコン蒸し,南瓜とささみのごま和え, チンゲン菜の味噌汁,パイナップル	混ぜご飯		ジュース チーズ	いりこ	牛乳 ツナサンド
14	水	☆あんかけちゃんぽん,ひじき炒め,ふりかけ,いちご	麦ごはん	エビマヨネーズ 和え	バナナ	いりこ	おむすび (ごましお)
15	木	春巻き,ごぼうサラダ,わかめの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	さつまいもの甘煮	いりこ	いりこ	ミルク 黒糖蒸しパン
16	金	お弁当の日			牛乳,パン	いりこ	ジュース ☆マシュマロおこし
17	土	ビビンバ丼,海藻サラダ,にらの味噌汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌		おむすび (のり)
19	月	キャベツのキッシュ,アーモンド和え,麩の味噌汁,いちご	麦ごはん	じゃが芋の そぼろ煮	コーンフレーク	いりこ	おむすび (ごぼう)
20	火	ハヤシライス,ひじきサラダ,バナナ	麦ごはん	南瓜の煮物	ジュース ウエハース	いりこ	ミルク フレンチトースト
21	水	肉うどん,おから炒め,チーズ納豆,パイナップル	麦ごはん	ハンバーグ	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	おむすび (さけ)
22	木	南瓜コロッケ,中華炒め,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	煮奴	いりこ	いりこ	牛乳 大豆とジャコの甘煮
23	金	松風焼き,野菜のチャンプルー,キャベツの味噌汁,オレンジ	麦ごはん	レバーの甘煮	牛乳,パン	いりこ	ジュース フライドポテト
24	土	ビーフン炒め,エビマヨネーズ和え,もやしの味噌汁, ふりかけ	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌		せんべい
26	月	生姜焼き,かんころ煮しめ,しめじの味噌汁,パイナップル	麦ごはん	野菜炒め	ジュース チーズ	いりこ	牛乳 たまごサンド
27	火	タンドリーチキン,大豆サラダ,チンゲン菜の味噌汁,バナナ	麦ごはん	粉ふきいも	のむヨーグルト クラッカー	いりこ	おむすび (わかめ)
28	水	🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌 子どもの日会食 *赤飯を蒸しますので箸セットのみ持たせてください			いりこ	いりこ	ケーキ
30	金	マーボー豆腐,ポテトサラダ,わかめの味噌汁,オレンジ	麦ごはん	肉団子	コーンフレーク	いりこ	ジュース たこやき

## 給食だより

### 新年度がはじまりました!

毎日、何人の子どもたちが給食室をのぞきに来てくれるだろうとワクワクしています。子どもたちの「美味しかった!」の声は私たちのパワーの源です。

子どもたちが食べることに興味を持てるよう、旬の食材を使用したり、野菜を種から植えて生長を観察したりし、子どもたちに合った食育をすすめていきたいと思ひます。保護者の皆さんよろしくお願ひいたします。

☆ちゅうりっぷ・さくら・あやめ組さんへお願ひ☆

- ① 食中毒予防のため、家庭から持ってきていただくご飯は、梅干し・ゆかり・塩ご飯にしてくださいと安心です!
- ② 4月28日(水)はこどもの日のメニューを予定しています。この日は赤飯を蒸しますので、以上児さんはご飯がいきません。赤飯が苦手なお子さんは白ご飯をもたせてください。箸セットのみ準備をお願いします。

新生活を気持ち良く始めるためには!

朝食で体を温めよう!  
朝食をしっかりすると体が元気に働き、頭の働きも活発になります。体の中から温め、体温を一定温度に高めるのは食べ物だけです。たんぱく質の多い食べ物や、エネルギーを出すためのご飯やパンをしっかり組み合わせるといいですね。