

平成30年度4月献立予定表

※都合により献立、材料を変更する場合があります。

詳しくは、給食室までお尋ねください。

日	曜	昼食	3時	3歳未満児追加献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	
2	16	月	麦ごはん 牛肉とフライドポテトのソテー トマト コンソメスープ	スキムミルク オレンジ ポップコーン	牛乳 せんべい	牛乳 牛肉 鳥が らだし 脱脂粉 乳	せんべい 精白米 麦 じゃがいも 揚 げ油 植物油 とう もろこし	さやいんげん トマト チンゲンサイ たまねぎ コーン、ホール(缶) にん じん オレンジ
3	17	火	麦ごはん 魚の照り焼き ゆでいんげん かぼちゃのみそ汁	スキムミルク りんごゼリー	牛乳 もも(缶)	牛乳 魚 煮干しだ し 米みそ 麦みそ 脱脂粉乳 寒天	精白米 麦 砂糖 (三温糖) 植物 油	もも(缶) しょうが さや いんげん かぼちゃ た まねぎ にんじん 青ね ぎ りんご りんごジュ ース
4	18	水	麦ごはん わかめスープ(未満児) 麻婆豆腐 フレンチサラダ	スキムミルク いちご せんべい	牛乳 パン(缶)	牛乳 塩わかめ 鳥が らだし 豚ひき肉 木綿 豆腐 赤色辛みそ まぐ ろ油漬(缶) 脱脂粉乳	精白米 麦 植物油 ごま油 砂糖(三温 糖) 中華スープの素 片栗粉 せんべい	パンアップル(缶) たまね ぎ にんじん 青ねぎ に んにく しょうが キャベ ツ きゅうり ハセリ いちご
5		木	じゃこと菜っ葉の混ぜごはん じゃがいものそぼろ煮 シャッキリみそ汁	スキムミルク かぼちゃ羹	牛乳 りんご	牛乳 しらす干し 削り 節 鶏ひき肉 煮干しだ し 米みそ 麦みそ 脱 脂粉乳 豆乳 寒天	精白米 麦 ごま油 白ごま(いり) じゃ がいも 植物油 砂 糖(三温糖)	りんご こまつな にん じん グリンピース もやし だいこん かいわれだ いこん かぼちゃ
6	20	金	パン ハンバーグ にんじんのグラッセ 野菜スープ	スキムミルク フルーツ ヨーグルト	牛乳 ウエハース	牛乳 牛ひき肉 豚 ひき肉 鶏卵 鳥がら だし 脱脂粉乳 プレ ンヨーグルト	ウエハース パン 植物 油 パン粉 バター じゃがいも 砂糖 (三温糖)	たまねぎ トマトケチャ ップ にんじん キャベ ツ セロリ パセリ みかん (缶) 黄桃(缶)
7	21	土	スパゲティ・ナポリタン 飲むヨーグルト	牛乳 りんご ビスケット	牛乳 バナナ	牛乳 豚肉 あさり 水煮(缶) コンソメ 粉 チーズ トリンクヨーグル ト	スパゲティ 植物油 ビスケット	バナナ たまねぎ にんじ ん ピーマン コーン、ホール (缶) マッシュルーム(缶) ト マトケチャップ トマトピューレ りんご
9	23	月	麦ごはん ベーコンスープ(未満児) フィッシュボール サラダ菜 切干しだいこんの和え物	スキムミルク ほうれんそう ケーキ	牛乳 チーズ	牛乳 プロセスチーズ <sup>*</sup> ベ ーコン 鳥がらだし 白身魚 (すり身) 鶏卵 まぐろ 油漬(缶) 脱脂粉乳	精白米 麦 じゃが いも 片栗粉 揚げ 油 砂糖(三温糖) バター 小麦粉	たまねぎ にんじん グリンピース サラダな 切干だいこん きゅ うり ほうれんそう
10	24	火	麦ごはん 魚のマヨネーズ焼き スナックえんどう 若竹汁	豆乳 ドーナツ	牛乳 オレンジ	牛乳 魚 粉チーズ 鶏卵 塩わかめ かつお・昆布だし 豆乳	精白米 麦 小麦粉 パン粉 マヨネーズ 植 物油 砂糖(三温糖) 揚げ油 粉糖	オレンジ たまねぎ マ ッシュルーム(缶) ハセリ ス ナップえんどう たけ のこ 青ねぎ
11	25	水	麦ごはん カレーシチュー 春キャベツの和え物	スキムミルク 黒砂糖入り くず餅	牛乳 バナナ	牛乳 牛肉 脱脂 粉乳 鳥がらだ し きな粉	精白米 麦 じゃが いも マーガリン カール ウ すりごま ごま油 くず粉 黒砂糖	バナナ たまねぎ にんじ ん りんご グリンピース トマトピューレ キャベツ グリ ーンアスパラガス
12	26	木	パン 魚の磯フライ トマト キャベツとコーンの 豆乳スープ	スキムミルク にんじん カップケーキ	牛乳 パン(缶)	牛乳 魚 鶏卵 あ おのり 豆乳 鳥が らだし 脱脂粉乳	パン 小麦粉 パン 粉 揚げ油 砂糖 (三温糖) バター	パンアップル(缶) トマト コーン、ホール(缶) キャベ ツ たまねぎ にんじん グ リーンアスパラガス
13	27	金	麦ごはん ポークソテー レタス かき玉みそ汁	飲む ヨーグルト 豆腐の お焼き	牛乳 ネーブル	牛乳 豚肉 鶏卵 鶏肉 鳥がらだし 米みそ 麦 みそ トリンクヨーグル ト ベーコン 絹ごし豆腐	精白米 麦 植物油 ビーフシチューの素 砂 糖(三温糖) ホットケ ーキミックス 黒ごま	ネーブル たまねぎ しめ じ トマトケチャップ トマト ピューレ レタス もやし ほ うれんそう にんじん 青ねぎ
14	28	土	みそうどん バナナ	牛乳 丸ボーロ	牛乳 チーズ	牛乳 プロセス チーズ 鶏肉 煮 干しだし 米みそ 麦みそ	干しうどん 丸 ボーロ	だいこん にんじん 乾しいたけ しいた けだし 青ねぎ バナ ナ
★誕生会★		19	たけのこごはん 卵豆腐とみつばのすまし汁 鶏のからあげ、レタス 春雨のレモン酢和え フライドポテト ゼリー	ジュース バスプーサ	牛乳 ウエハース	牛乳 鶏肉 卵 豆腐 とりさき身 ヨーグルト 脱 脂粉乳 無縁バ ター	ウエハース 精白米 揚 げ油 はるさめ 砂 糖(三温糖) じゃが いも 小麦粉 グラ ニュー糖	たけのこ にん じん 乾しいた け みつば きゅうり レモン レタス



春の訪れと共に新年度のスタートですね。今年も子どもたちがいつでも元気でいられるよう、おいしく楽しい給食を提供したいと思います。ご家庭では朝食はしっかりとってきてください。朝食は一日の活動源です。体温を上昇させ心身ともに活動力をみなぎらせ、食べ物をかむことで脳の活動力も高めます。朝食をしっかり食べることで子供たちは楽しく過ごすことが出来ますので、ご協力お願い致します。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

★給食室からのお知らせ★

～毎日持参するもの～

お箸、水筒は毎日持ってきてください。

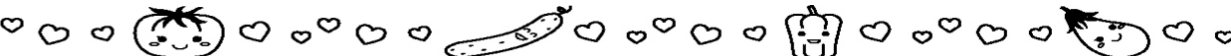
～体調不良について～

体調が優れず、乳製品や油ものを控えるときは登園時に担任までお知らせください。

献立を配慮させていただきます。

～サンプルについて～

毎日給食を事務室横に展示しています。子ども達が何を食べているのか一緒に見て、楽しい会話の種にしてください。



★牛肉とフライドポテトのソテー★

人気のメニューです。2日と16日に出るので、楽しみにしててください♪

＜材料＞4人分

- 牛肉: 150g
- みりん: 小さじ1
- しょうゆ: 小さじ1
- フライドポテト: 350g
- 揚げ油: 適量
- さやいんげん: 10本
- 塩: ひとつまみ
- こしょう: 少々
- 植物油: 適量

＜作り方＞

- ①みりんとしょうゆを合わせ、牛肉を漬け込む。
- ②さやいんげんを3等分にし、茹でる。
- ③フライドポテトを揚げる。
- ④牛肉を炒め、②と③と混ぜ合わせ、塩・こしょうで調味す

＜保育所給食について＞

乳幼児は発育が盛んであり、活動も活発なので、大人に比べてエネルギーや色々な栄養素を必要としています。また、食事の習慣の基礎が、乳児期に作られますので、この時期に良い食習慣をしっかりつけることが重要です。

保育所給食では、安全で栄養のバランスのとれた食事を提供するだけでなく、「お友達と食べる食事が“おいしいな” “楽しいな”と感じる」、「旬の食材や地域の料理・食材を味わう」ことを大切にしています。

☆1～2歳児は保育所の給食で 1日に必要な栄養量の50%を食べています。

☆3～5歳児は昼食と3時のおやつで 1日に必要な栄養量の45%を食べています。

園では月に約2回のサイクルメニューで、そのうち月に1回は誕生会メニューとなっています。誕生会メニューは子ども達に人気の献立を取り入れるようにしています。今年度もおいしいと言われる給食作りに努めていきます！