



日	曜	おやつ 10時	昼食		おやつ 15時	主な食材料
			飲み物	主食・副食		
1	金	ふかし芋	牛乳	ごはん・チーズインハンバーグ・胡瓜の酢の物・味噌汁・パイン	りんご蒸しパン	さつまいも・米・生乳・チーズインハンバーグ・きゅうり・ワカメ・えのき・油揚げ・ネギ・なめこ・味噌・パイン・りんご・ホットケーキミックス
2	土	たまごボーロ	牛乳	スープスパゲッティ・パンパンジーサラダ・白桃缶	桃まんじゅう	たまごボーロ・スパゲティ・ベーコン・コーン・アスパラ・玉葱・生乳・鶏肉・きゅうり・もやし・味噌・ゴマ・白桃・桃まんじゅう
4	月	チーズ	牛乳	ごはん・白身魚フライ・根菜の煮物・キャベツスープ・ゼリー	豆腐団子	チーズ・米・生乳・白身魚フライ・鶏肉・里芋・人参・椎茸・牛蒡・こんにやく・インゲン・キャベツ・玉葱・ゼリー・白玉粉・上新粉・豆腐
5	火	豆乳ウエハース	牛乳	ごはん(ふりかけ)・肉じゃが・ブロッコリーサラダ・グレープフルーツ	肉まん	豆乳ウエハース・米・ふりかけ・生乳・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・インゲン・ブロッコリー・コーン・ロースハム・フレンチドレッシング・グレープフルーツ・肉まん
6	水	フルーチェ	牛乳	パン・オムレツ・マカロニサラダ・コーンスープ・パイン	焼きそば	フルーチェ・生乳・レーズンロール・オムレツ・マカロニ・きゅうり・人参・ツナ・マヨネーズ・コーンクリーム・パイン・焼きそば麺・もやし・ピーマン・キャベツ
7	木	クッキー	牛乳	ちゃんぽん・シュウマイ・小松菜の和え物・りんごコンポート	おにぎり	ちゃんぽん・シュウマイ・小松菜・しめじ・油揚げ・りんご・米・わかめ・ごはんの素・ゴマ
8	金	ぼりぼりきゅうり	牛乳	豚丼・ほうれん草ナムル・味噌汁・バナナ	カクテルゼリー	きゅうり・米・生乳・豚肉・玉葱・しらたき・ほうれん草・人参・ゴマ・厚揚げ・味噌・バナナ・ゼリーの素・カルピス
9	土	おせんべい	牛乳	チキンライス・コーンサラダ・野菜スープ・フルーツカクテル缶	たい焼き	ハッピーターン・米・鶏肉・玉葱・人参・ピーマン・生乳・コーン・キャベツ・きゅうり・玉葱ドレッシング・ベーコン・じゃが芋・フルーツカクテル缶・たい焼き
11	月	クラッカーサンド	牛乳	ごはん・鮭の塩焼き・ジャーマンポテト・かき玉汁・フルーチェ	ピザトースト	クラッカー・ジャム・米・生乳・鮭・じゃが芋・玉葱・ピーマン・ポークウインナー・ほうれん草・卵・人参・フルーチェ・食パン・チーズ・コーン
12	火	ビスコ	牛乳	中華丼・肉巻・わかめスープ・オレンジ	大学芋	ビスコ・米・生乳・白菜・玉葱・たけのこ・椎茸・人参・豚肉・うずら卵・肉巻・ワカメ・コーン・オレンジ・さつまいも・ゴマ
13	水	フルーツヨーグルト	ジョア	パン・クリームシチュー・ツナサラダ・フルーツゼリー	いなり寿司	黄桃・ヨーグルト・ツイストパン・ジョア・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・シチュー・生乳・ほうれん草・ツナ・きゅうり・キャベツ・ゴマ・ゼリーの素・洋梨・油揚げ・米
14	木	おせんべい	牛乳	ごはん・コーンコロケ・チーズサラダ・豆スープ・りんごコンポート	お好み焼き	星たべよ・米・生乳・コーンコロケ・キャベツ・きゅうり・ハム・チーズ・フレンチドレッシング・大豆・玉葱・人参・じゃが芋・りんご・卵・青さのり
15	金	バナナ	牛乳	ごはん・鶏唐揚げ・ひじきの煮物・味噌汁・フルーツヨーグルト	サンドパン	バナナ・米・生乳・鶏肉・ひじき・人参・油揚げ・大豆・枝豆・じゃが芋・しめじ・玉葱・味噌・パイン・ヨーグルト・食パン・ジャム・マーガリン
16	土	豆乳ウエハース	牛乳	うどん・つけ汁・青のりポテト・インゲンツナマヨ和え・黄桃缶	蒸しパン	豆乳ウエハース・うどん・生乳・鶏肉・大根・ネギ・人参・椎茸・じゃが芋・あおさのり・インゲン・ツナ・コーン・マヨネーズ・黄桃・蒸しパン
18	月	きな粉マカロニ	牛乳	さくらごはん・エビフライ盛り合わせ・ポテトサラダ・味噌汁・ミニゼリー	パンケーキ	きな粉・マカロニ・米・生乳・エビフライ・チキンナゲット・じゃが芋・人参・きゅうり・ハム・マヨネーズ・ほうれん草・大根・味噌・ミニゼリー・ホットケーキミックス・ジャム
19	火	たまごボーロ	牛乳	ポークカレー・ウインナーソーテー・春雨サラダ・バナナ	カリカリピザ	たまごボーロ・米・生乳・豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・カレーフレーク・ポークウインナー・春雨・きゅうり・かにかまちらし・ゴマ・バナナ・ギョーザの皮・コーン・ツナ・チーズ
20	水	りんごコンポート	牛乳	パン(ジャム)・鶏肉の照り焼き・ツナサラダ・コンソメスープ・オレンジ	スパゲティナポリタン	りんご・バターロール・ジャム・生乳・鶏肉・ツナ・キャベツ・人参・マヨネーズ・セロリ・コーン・オレンジ・スパゲティ・玉葱・ピーマン・フィッシュソーセージ
21	木	ビスケット	牛乳	ごはん・かじきの煮物・ブロッコリーのゴマ和え・味噌汁・黄桃缶	チヂミ	マリービスケット・米・生乳・かじき・ブロッコリー・人参・ゴマ・味噌・ほうれん草・油揚げ・黄桃・にら・しらす干し
22	金	じゃがバター	牛乳	うどん・つけ汁・ちくわの磯辺揚げ・きゅうりのなめたけ和え・フルーツゼリー	もちもちチーズパン	じゃが芋・マーガリン・うどん・生乳・豚肉・ネギ・大根・人参・椎茸・ちくわ・青さのり・きゅうり・なめたけ・ゼリーの素・パイン・白玉粉・ホットケーキミックス・チーズ
23	土	クッキー	牛乳	五目焼きそば・さつまいも煮・中華スープ・チーズ	プリン	ちよぼちよぼクッキー・焼きそば麺・豚肉・もやし・人参・ピーマン・生乳・さつまいも・えのき・チンゲン菜・チーズ・プリン
25	月	ごまトースト	牛乳	ごはん・焼き餃子・小松菜のお浸し・豚汁・パイン	バナナカップケーキ	食パン・マーガリン・ゴマ・米・生乳・餃子・小松菜・白菜・花かつお・味噌・豚肉・人参・牛蒡・こんにやく・里芋・ネギ・豆腐・パイン・バナナ・ホットケーキミックス
26	火	おせんべい	牛乳	わかめごはん・鯖の塩焼き・レンコンのきんぴら・すまし汁・ヨーグルト和え	ポテトパイ	ぼたぼた焼・米・わかめ・ごはんの素・生乳・鯖・レンコン・人参・牛蒡・豚肉・豆腐・みつば・ヨーグルト・フルーツカクテル缶・ツナ・じゃが芋・マーガリン・ギョーザの皮
27	水	フルーチェ	牛乳	パン・ポークチャップ・ポテトサラダ・野菜スープ・バナナ	おにぎり	フルーチェ・生乳・食パン・豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・キャベツ・ベーコン・バナナ・米・鮭・ゴマ・焼きのり
28	木	豆乳ウエハース	牛乳	ビビンバ丼・わかめスープ・フルーツゼリー	麩ラスク	豆乳ウエハース・米・生乳・牛豚肉・ほうれん草・人参・もやし・ゴマ・ワカメ・豆腐・ネギ・ゼリーの素・黄桃・麩・マーガリン
29	金	昭和の日				
30	土	たまごボーロ	牛乳	醤油ラーメン・シュウマイ・スティックきゅうり・パイン	ワッフル	たまごボーロ・ラーメン麺・生乳・もやし・ほうれん草・卵・フィッシュソーセージ・肉シュウマイ・きゅうり・パイン・ワッフル

今月の平均栄養給与量

1号	エネルギー: 449kcal	たんぱく質: 17.7g	脂質: 15.0g	カルシウム: 200mg	鉄: 1.3mg	食塩相当量: 1.8g
2号	エネルギー: 533kcal	たんぱく質: 19.6g	脂質: 16.9g	カルシウム: 242mg	鉄: 1.6mg	食塩相当量: 2.0g
3号	エネルギー: 449kcal	たんぱく質: 15.8g	脂質: 14.4g	カルシウム: 202mg	鉄: 1.2mg	食塩相当量: 1.5g



※ 献立は都合により変更になることがあります。
 ※ 1号は昼食のみ、2号は昼食と15時おやつ、3号は昼食と10時、15時おやつの提供になります。

新入、進級おめでとうございます!

給食だより

4月は新しいお友達を迎え、心新たに幼稚園生活が始まります。幼稚園の給食は、こどもに必要な栄養を考え、衛生管理にも十分配慮した手作り給食を行っています。また、食事を通して望ましい習慣やマナー等を身に付け、みんなで楽しく食べることに、安心と安らぎの中で「食べる意欲」を育むことを目指しています。

ご家庭では、早寝早起きのリズムを整え、朝食を食べて登園するようお願いいたします。こどもたちの健やか成長を保護者の皆さまとともに、見守っていきたく思います。



キャベツには、胃炎や潰瘍の回復に効果があるといわれているビタミンUが含まれています。これはキャベツから発見されたので、キャベジンとも呼ばれている水溶性ビタミン物質です。またビタミンCやアミノ酸、カルシウムが豊富で、葉の緑の部分にはカロテンが多く含まれています。スーパーで美味しいキャベツを選ぶときは、葉の緑色が濃く、鮮やかでツヤとハリがあるものを選びましょう♪

