

4月

# 給食だより



ご入園、ご進級おめでとうございます。

新しい園、新しいクラス、新しい友達、新しい先生とドキドキワクワクの  
新年度がスタートしますね。

今年度も日々成長していく、子どもたちを『食』の面から  
サポートしていきたいと思っております。

今年度も、どうぞよろしくお願ひ致します。

朝ごはんを食べよう!

忙しい朝にマグカップでトースト



☆ (1人前)

○ごはん 120g

○ケチャップ 35g

☆

○卵 1コ



○シーチキン 50g

☆

○ミルク  
ベジオイル 20g



○ピザ用チーズ 10g

1. チーズ以外の材料を  
耐熱性のマグカップに入れ  
混ぜる。

2. チーズの上、ラップをかけ  
600wの電子レンジで2分30秒  
加熱してできあがり。

朝食は一日のスタートです。

朝起きた時の身体はエネルギー不足で体温も  
低い状態です。

1日の食事量がいまだ多く食べられない子どもに  
とって朝食は大切な栄養源!!

お友達とたくさん活動できるよう。

朝ごはんを食べよう♡





# 4月のこんだて



みどり丘こどもえん

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
1日	2日	3日	4日	5日	6日
ごはん 鮭のごまだれ 人参の友禅和え ◆ボイルブロッコリー 牛乳 せんべい	ごはん ◆大豆とごぼうの磯煮 ◆ほうれん草のおかか マヨネーズ 牛乳 クラッカー&チーズ	ごはん 豚肉と白菜の中華炒め 卵とじスープ 牛乳 バナナ	ごはん 豆腐と鶏ひき肉あんかけ ◆わかめとキャベツの サラダ 牛乳 ★カップケーキ	ごはん ゆで卵 魚の照り焼き風 ◆☆小松菜と人参の ごま和え 牛乳 オレンジ	木の葉うどん ◆ブロッコリーの かつお和え おにぎり 牛乳
8日	9日	10日	11日	12日	13日
ごはん 煮込みハンバーグ 人参のグラッセ ◆ボイルブロッコリー 牛乳 ビスケット	ごはん 鶏の唐揚げ グリーンサラダ トマト 牛乳 ミニ菓子パン	ビーフカレーライス コールスローサラダ  牛乳 クラッカー	チキンライス ゆで卵 ◆ボイルブロッコリー ポトフスープ 牛乳 ゼリー	ごはん 鶏肉団子スープ 粉ふきかぼちゃ ジョア ★黄金パン	豚玉焼き ブロッコリーのごま和え 牛乳
15日	16日	17日	18日	19日	20日
ごはん 新じゃがのうま煮 かにかまぼこの酢の物 牛乳 バナナ	ごはん トマト ひじきのさつま揚げ ◆カリフラワーの カレーマヨ 牛乳 ヨーグルト	ごはん チャプチェ 中華風スープ 牛乳 ★ジャムサンド	ごはん ◆関東煮 牛乳 カステラ	ごはん トマト 白身魚のフライ タルタルソース ボイル野菜 牛乳 オレンジ	おにぎり 焼きそば 豆腐の味噌汁 牛乳
22日	23日	24日	25日	26日	27日
ごはん 豆腐のカレー煮 ◆☆キャベツの甘酢和え 牛乳 バナナ	ごはん ◆豚肉のきんぴら 心のすまし汁 牛乳 バームクーヘン	ごはん 魚と厚揚げの煮付け わかめの酢の物 ジョア ★フライドポテト	ごはん 高野豆腐の卵とじ 粉ふき芋の胡麻和え 牛乳 せんべい&チーズ	春のお弁当  牛乳 クッキー	ミートスパゲティ コンソメスープ 牛乳
29日	30日	 <p style="text-align: center;"> <b>入園・進級おめでとうございます!</b>            新学期が始まります!!            これから、たくさん遊んで、沢山食べて、健康最高で!!            みどり丘こども園は、給食の先生が作っている様子が、            目の前で見れるよ!! 見に来てね!         </p> 			
	ごはん クリームシチュー ◆☆キャベツのごま和え 牛乳 ★マシュマロサンド				

●都合により、献立を変更する場合があります。 ●未満児は午前中にフルーツや手作りおやつ等があります。

●★印は手作りおやつです。

●☆は季節の食材を使ったものです。

◆カミカミメニューです。しっかりかんで食べようね!