

# 4月の給食



15日 お弁当の日★  
24日 お誕生日会★

ご入園・ご進級おめでとうございます。

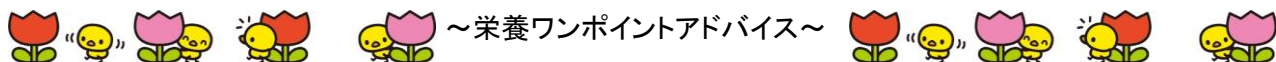
新しい環境・初めての給食に早く慣れて、新しいお友達と仲良く元気に登園してくださいね。

くぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
3	金	カレーライス 果物 ハムサラダ にんじんスープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん ハム キャベツ きゅうり パン缶 カレールー ケチャップ す さとう しょうゆ ソース	ヨーグルト ラムネ
4	土	じゃこごはん スクランブルエッグ 野菜のみそ汁	米 玉ねぎ にんじん じゃこ 卵 ふ わかめ しょうゆ みそ しお	ビスケット 煮干し 牛乳
6	月	ごはん イタリアンスパゲティ ウィンナー ポテトサラダ 野菜のみそ汁	米 スパゲティ 玉ねぎ にんじん ベーコン キャベツ きゅうり じゃが芋 ウィンナー ケチャップ す さとう ソース みそ マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【ドーナツ】
7	火	チャーハン 小芋煮 ツナサラダ 八宝汁	米 玉ねぎ にんじん ベーコン 卵 キャベツ きゅうり ツナ 白菜 しいたけ かまぼこ 小芋 しょうゆ す さとう みりん ごま油	★手作りおやつ★ 【ソーセージ蒸しパン】
8	水	ごはん きつねうどん かぼちゃ煮 じゃこの酢の物	米 うどん 油揚げ ねぎ 卵 じゃこ キャベツ きゅうり かぼちゃ しょうゆ さとう す みりん	おせんべい 煮干し 牛乳
9	木	ごはん 豆腐と野菜のけんちん煮 大根サラダ チーズ 野菜のみそ汁	米 豆腐 ごぼう にんじん しいたけ ちくわ 油揚げ 卵 玉ねぎ にんじん 大根 きゅうり じゃこ わかめ チーズ みそ しょうゆ さとう す ごま油	バナナ リンゴジュース
10	金	カレーライス 果物 ほうれん草ベーコン炒め 卵スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん ほうれん草 ベーコン 卵 パン缶 カレールー ケチャップ す さとう しょうゆ ソース	ヨーグルト ラムネ
11	土	チャーハン ウィンナー 野菜のみそ汁	米 にんじん 玉ねぎ ふ わかめ ウィンナー みそ しょうゆ しお	ビスケット 煮干し 牛乳
13	月	ごはん 揚げシュウマイ エノキのごま和え 果物 野菜のみそ汁	米 シュウマイ エノキ きゅうり キャベツ にんじん 大根 玉ねぎ さつま揚げ みかん缶 みそ しょうゆ さとう ごま	★手作りおやつ★ 【あんこ入りホットケーキ】
14	火	ごはん 豚肉のケチャップ炒め 豆腐サラダ 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁	米 豚肉 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ 豆腐 レタス ベーコン 青のり じゃが芋 みそ しょうゆ さとう ケチャップ	★手作りおやつ★ 【黒蜜きなこバナナ】
15	水	ごはん コロッケ 油揚げの酢の物 野菜のみそ汁	米 コロッケ 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ 油揚げ みそ しょうゆ さとう	おせんべい 煮干し 牛乳
16	木	ごはん シーチキンとじゃが芋煮 果物 マカロニサラダ 野菜のみそ汁	米 じゃが芋 シーチキン きゅうり キャベツ マカロニ にんじん 玉ねぎ わかめ さとう す しょうゆ みそ みりん マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【きなこパン】
17	金	カレーライス 果物 ハムサラダ にんじんスープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ にんじん ハム キャベツ きゅうり パン缶 カレールー ケチャップ す さとう しょうゆ ソース	ヨーグルト ラムネ
18	土	じゃこごはん スクランブルエッグ 野菜のみそ汁	米 玉ねぎ にんじん じゃこ 卵 ふ わかめ しょうゆ みそ しお	ビスケット 煮干し 牛乳
20	月	ごはん イタリアンスパゲティ ウィンナー ポテトサラダ 野菜のみそ汁	米 スパゲティ 玉ねぎ にんじん ベーコン キャベツ きゅうり じゃが芋 ウィンナー ケチャップ す さとう ソース みそ マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【ドーナツ】
21	火	チャーハン 小芋煮 ツナサラダ 八宝汁	米 玉ねぎ にんじん ベーコン 卵 キャベツ きゅうり ツナ 白菜 しいたけ かまぼこ 小芋 しょうゆ す さとう みりん ごま油	★手作りおやつ★ 【ソーセージ蒸しパン】
22	水	ごはん 肉うどん かぼちゃ煮 油揚げの酢の物	米 うどん 牛肉 ねぎ 卵 油揚げ キャベツ きゅうり かぼちゃ しょうゆ さとう す みりん	おせんべい 煮干し 牛乳
23	木	ごはん 豆腐と野菜のけんちん煮 大根サラダ チーズ 野菜のみそ汁	米 豆腐 ごぼう にんじん しいたけ ちくわ 油揚げ 卵 玉ねぎ にんじん 大根 きゅうり じゃこ わかめ チーズ みそ しょうゆ さとう す ごま油	バナナ リンゴジュース
24	金	ちらし寿司 ごま和え 果物 豆腐のみそ汁	米 しいたけ かんぴょう にんじん 三度豆 卵 チェリー缶 キャベツ きゅうり 豆腐 みそ しょうゆ さとう みりん す ごま	ヨーグルト ラムネ
25	土	チャーハン ウィンナー 野菜のみそ汁	米 にんじん 玉ねぎ ふ わかめ ウィンナー みそ しょうゆ しお	ビスケット 煮干し 牛乳
27	月	ごはん 揚げシュウマイ エノキのごま和え 果物 野菜のみそ汁	米 シュウマイ エノキ きゅうり キャベツ にんじん 大根 玉ねぎ さつま揚げ みかん缶 みそ しょうゆ さとう ごま	★手作りおやつ★ 【あんこ入りホットケーキ】
28	火	ごはん 豚肉のケチャップ炒め 豆腐サラダ 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁	米 豚肉 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ 豆腐 レタス ベーコン 青のり じゃが芋 みそ しょうゆ さとう ケチャップ	★手作りおやつ★ 【黒蜜きなこバナナ】
29	水	★祝日★	★昭和の日★	
30	木	ごはん シーチキンとじゃが芋煮 果物 マカロニサラダ 野菜のみそ汁	米 じゃが芋 シーチキン きゅうり キャベツ マカロニ にんじん 玉ねぎ わかめ さとう す しょうゆ みそ みりん マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【きなこパン】

\*10時のおやつは、ヤクルトです。

\*仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合がありますが、ご了承下さい。



## ～栄養ワンポイントアドバイス～

このコーナーでは、「食」に関するちょっとした豆知識を紹介していきます。

これから、保育園での生活と一緒に給食が始まります。嫌いな食べ物や初めて食べる食べ物もあるかもしれないですね。

残さず食べてもらえたら、私たちもうれしいです。

お友達と仲良く楽しく給食を食べて、豊かな心と丈夫な身体を作っていきますよ！！

