

令和6年度 4月 幼児食献立表

今月の目標:朝ご飯をしっかりと食べよう!

つわぶき園

*はセンター調理、○は園での調理です。

月	15	火	16	30	水	3	17	木	4	18	金	5	19	土	6	20
* 赤魚西京焼き	赤魚 味噌 酒粕 砂糖 塩 味噌 塩 味噌 砂糖 塩	* チキン照り焼き	鶏肉 しょう油 砂糖 塩	しょう油 塩	○カレーシチュー	鶏肉 人参 玉ねぎ さつまいろ 無塩ケチャップ 油 カレー粉 カレールウ(小麦含む)	人参 さつまいろ	* まず塩焼き	カラフトマス 塩 だし(かつお・昆布)	4	18	* とり天	鶏肉 生姜 人参 小麦粉 塩 片栗粉 コーンスターチ 油	19	○肉うどん	冷凍うどん 豚肉 人参 しいたけ しょう油 だし(かつお・昆布)
* ひじき炒り煮	ひじき 油揚げ 人参 枝豆 かつおだし しょう油	* 人参チャンプル	人参 ツナ缶 ビーマン ツナ缶 しょう油 砂糖 塩 しょう油	しょう油	○チップスサラダ	レタス パロコリー きゅうり パロコリー ささみ コーン缶 ポテトチップス すし酢 オリーブ油	パロコリー コーン缶	* 切干大根め煮	切干大根 人参 豚肉 絹さや かつおだし 砂糖 しょう油	5	19	* 野菜コンソメ煮	キャベツ 玉ねぎ ツナフレーク 人参 コソメ 砂糖 しょう油	20	○もやしナムル	もやし きゅうり 鶏がらだし ごま油
○チンゲン菜オイスター炒め	チンゲン菜 たけのこ オイスターソース みりん 油	○アスパラベーコン炒め	アスパラ ベーコン ツナ缶 しょう油	しょう油	○オリーブオイル炒め	レタス パロコリー きゅうり パロコリー ささみ コーン缶 ポテトチップス すし酢 オリーブ油	パロコリー コーン缶	○小松菜甘辛炒め	小松菜 ツナ缶 しょう油 砂糖 ごま油	6	20	○南瓜サラダ	南瓜 ハム きゅうり しょう油 オリーブ油	20	○肉うどん	冷凍うどん 豚肉 人参 しいたけ しょう油 だし(かつお・昆布)
○豚汁	豚肉 人参 こんにゃく 玉ねぎ ねぎ かつお 昆布	○ミネストローネ	春キャベツ じゃが芋 セロリ 玉ねぎ コンソメ トマト缶 しょう油	しょう油	★スプーン 持参してください	スプーン	○味噌汁	豆腐 玉ねぎ 大根 人参 かつお 昆布	6	20	○豆乳スープ	ブロッコリー 人参 コーン缶 玉ねぎ 豆乳 鶏がらだし	20	○肉うどん	冷凍うどん 豚肉 人参 しいたけ しょう油 だし(かつお・昆布)	
○片栗粉クッキー	片栗粉 砂糖 アーモンドパウダー バニラエッセンス 油	* りんご	りんご		○クリスピーケーキ	コーンフレーク マシュマロ パター		○お好み焼き	お好みMix キャベツ ねぎ 豚ミンチ 油 かつお節 お好みソース	7	21	○ブルーベリークッキー	小麦粉 ブルーベリー 牛乳 砂糖 アーモンドスライス ベーキングパウダー	21	* おにぎりせんべい	おにぎり せんべい
* 牛乳	牛乳	* 牛乳	牛乳		* 牛乳	牛乳		* ジョア	豆腐 玉ねぎ 大根 人参 かつお 昆布	8	22	* 牛乳	牛乳	22	* 牛乳	牛乳
* 肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 三度豆 砂糖 しょう油	* カレイ煮つけ	アブラカレイ しょう油 砂糖 みりん 片栗粉 塩	しょう油 塩	○ハヤシシチュー	豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト缶 油 ハヤシルウ(小麦含む)	人参 じゃが芋	* 麻婆豆腐	合挽ミンチ 人参 たらこ 豆腐 ねぎ しょう油 片栗粉 赤味噌	9	23	* さば照り焼き	さば しょう油 砂糖 水あめ しょう油 塩	23	○ナポリタン	スパゲティ 人参 ピーマン ウイナー ケチャップ 鶏がらだし オリーブ油
* 魚介ナゲット	たちうお いか あじ いわし たら 砂糖 片栗粉 塩 しょう油 小麦粉 油	* 青菜の煮びたし	小松菜 豚肉 人参 しめじ かつおだし 砂糖 しょう油	しょう油	○春野菜サラダ	春キャベツ きゅうり パロコリー ベーコン アスパラガス 玉ねぎ スナップエンドウ すし酢 オリーブ油 しょう油	きゅうり パロコリー	* 野菜シュウマイ	鶏肉 とうもろこし 人参 玉ねぎ ほうれん草 みりん パン粉	10	24	○三度豆ツナ豆乳マヨ和え	三度豆 ツナ缶 豆乳 オリーブ油 しょう油 塩	24	○卵スープ	卵 玉ねぎ 炒りごま
○ブロッコリーサラダ	ブロッコリー パプリカ 玉ねぎ すし酢 オリーブ油	* 豆乳がんも	豆乳 砂糖 しょう油 人参 みりん 塩 油 片栗粉 かつおだし	砂糖 人参 みりん 塩 油	★スプーン 持参してください	スプーン	○ほうれん草中華和え	ほうれん草 人参 炒りごま しょう油 鶏がらだし ごま油	11	25	○味噌汁	さつまいろ 玉ねぎ 人参 かつお 昆布	25	○春雨スープ	春雨 玉ねぎ たらこ 鶏がらだし	
○野菜スープ	レタス 鶏肉 人参 玉ねぎ 鶏がらだし しょう油	○すまし汁	人参 玉ねぎ しいたけ たけのこ 三つ葉 塩 みりん だし(かつお・昆布)	玉ねぎ たけのこ 三つ葉 みりん だし(かつお・昆布)			○春雨スープ	春雨 玉ねぎ たらこ 鶏がらだし	12	26	○味噌汁	さつまいろ 玉ねぎ 人参 かつお 昆布	26	○ナポリタン	スパゲティ 人参 ピーマン ウイナー ケチャップ 鶏がらだし オリーブ油	
○パンパキントースト	食パン 南瓜 牛乳 砂糖 バター	* パナナ	バナナ		○ルヴァンサンド	ルヴァン いちごジャム パター		○桜エビクラッカー	小麦粉 桜エビ 塩 油 青のり 炒りごま ベーキングパウダー	13	27	* マリービスケット	ホットケーキMix 牛乳 カルピス 卵 バター	27	* マリービスケット	マリービスケット
* 牛乳	牛乳	* 牛乳	牛乳		* 牛乳	牛乳		* ジョア	豆腐 玉ねぎ 大根 人参 かつお 昆布	14	28	* 牛乳	牛乳	28	* 牛乳	牛乳

入園、進級おめでとうございます

元気に過ごすために規則正しい生活リズムを心がけましょう!!

※ 早寝、早起きを心がけましょう

十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。

※ 朝ごはんをきちんと食べましょう

朝ごはんを食べることで体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よくかんで、しっかりと食べましょう。

※ 朝、家で排便をしましょう

朝ごはんを食べると腸の働きが活発になり、便が出やすくなります。便は健康のバロメーターです。便の状態その日の健康観察をしましょう。

わたしたちが

給食を作ります



広瀬先生 (調理師)



安東先生 (栄養士)



栗田先生 (調理補助)



栗田先生 (調理師)

よろしくお願いいたします!