

4月 給食だより

いおうほいくえん

食育目標 「おいしく食べる子」「楽しく食べる子」

4月の目標 楽しくたべよう

入園・進級おめでとうございます。

新年度がスタートしました。みんなでおいしく、楽しく給食を食べ、心身ともに成長してくれることを願っています。また、給食に関するご質問等ありましたら気軽にご相談ください。一年間どうぞよろしくお祈りします。



イースターエッグの色 

イースターエッグの色に意味があり、赤は神々しく輝く太陽や幸福。白は再スタート。青は平和と調和。紫は信頼や忍耐、神への忠誠心。ゴールドや黄色は栄光や勝利を表す色で、イエス・キリストが復活したことに対する勝利を示唆し、それに伴い喜びや幸福を意味するそうですイースターの日付は春分の日あとの最初の満月から数えて最初の日曜日、今年4月9日です。

保育所での食事に慣れるために

朝ご飯を食べましょう

初めのうちは、子どもたちも新しい環境の中で過ごすために、不安や緊張を覚えていることと思います。どんな人がどんな場所で給食を作っているのかを知ることは、安心につながりますので、ご家庭でも話題にしてみてください。また、みんなで食事することの楽しさに気付けるように、保育者や調理担当で協力して進めていきたいと思ひます。

朝食は、体にプラスになることばかりです。
・体温を上げることで体が活動的に
・血糖値を上げて脳にエネルギーを
・噛むことで、脳が目覚める
・1日の食品数が増える。
・胃腸が活発になり、便秘解消に



おしらせ ひまわり、ばら、たんぼぼ組さんは月曜日から金曜日はごはんを持参してください。土曜日は麺の日なので、ごはんはいりません。

★ごはんの量は3歳児から5歳児で110gが目安です。食べきれない量は個人差があります。様子を見ながら量を調整してください。

毎日の給食は「はいチーズ！」にて写真を配信していきます。

4月給食予定表

日 曜	献立	9時おやつ	3時おやつ
1 土	 入園式パン、ジュース 		
3 月	ししゃものごま焼き・肉みそ納豆・南瓜スープ・パン缶	鉄ウエハース	プチチョコ
4 火	豚の生姜焼き・りんご入りポテトサラダ・すまし汁・みかん缶	ミレービスケット	★フルーツポンチ
5 水	鮭のサクサク揚げ・ひじきのレモン酢和え・なめこ汁・バナナ	いりこ	★小倉蒸しパン
6 木	福袋煮・中華風野菜炒め・春雨のお吸い物・フルーツカクテル缶	カルシウムせんべい	★たぬきごはん
7 金	肉じゃが・マヨナムル・トマト・オレンジ	クラッカー	★ストロベリーゼリー
8 土	ちゃんぽん・黄桃缶 	棒チーズ	ハッピーターン
10 月	千草焼き・のり納豆・きのこ厚揚げの味噌汁・バナナ	バウムクーヘン	コーンフレーク
11 火	ハヤシライス・ブロッコリーのドレッシング和え・トマト・パン缶	ヨーグルト	★スイートポテト
12 水	八宝菜・蒸し焼売・トマト・オレンジ	おやさいせんべい	★マカロニあべかわ
13 木	ヘルシーミートローフ・人参金平・豆乳汁・みかん缶	棒チーズ	★南瓜スキム白玉
14 金	シシリアンライス・キャンディチーズ・コンソメスープ・りんご	いりこ	ゼリー せんべい
15 土	かきたまうどん・おかかご飯・フルーツカクテル缶	カルシウムウエハース	こつぶっこ
17 月	鮭のバター焼き・ごぼうサラダ・卵スープ・バナナ	ミレービスケット	★ホットケーキ
18 火	麻婆豆腐・梅納豆・パンサンスー・みかん缶	棒チーズ	★おふラスク
19 水	白身魚のマヨネーズ蒸し・ささみの五目とえ・中華スープ・キウイ	バナナ	プチボルガ
20 木	タンドリチキン・マカロニサラダ・けんちん汁・りんご	バウムクーヘン	★箱とぞう豆の炊き込みご飯
21 金	カレイのムニエル・昆布豆・薄揚げと豆腐の味噌汁・オレンジ 	鉄ウエハース	★フレンチトースト
22 土	スパゲティカルボナーラ・ロールパン・パン缶	いりこ	つぶつぶベジタブル
24 月	目玉焼き・ウインナー・ひじきの炒め煮・レタススープ・みかん缶	魚せんべい	フライドポテト
25 火	ポークカレー・春野菜のサラダ・トマト・りんご	ぶどうゼリー	★チーズまんじゅう
26 水	魚と野菜のちぎり天・きゅうりのごま酢和え・玉ねぎの味噌汁・黄桃缶	カルシウムウエハース	★シリアルおこし
27 木	煮込みハンバーグ・コーン納豆・白菜のお吸い物・みかん缶	棒チーズ	★小松菜蒸しパン
28 金	鮭のポテト焼き・にらチャンプル・かにかまスープ・バナナ 	クラッカー	★フルーツヨーグルト

すみれ・もも組の飲み物は牛乳、たんぼぼ組以上はスキムミルクです。

誕生会です。

新メニューです。

★は手作りおやつです。