

4月行事予定&献立表

給食には毎日季節のフルーツがつきます。
都合により献立を変更する場合があります。

日付	行事	献立名			使用食品			ご家庭で補いたい食品
		主食	主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	からだを作る食べ物	からだの調子を整える食べ物	エネルギーになる食べ物	
1 土	入園式							
2 日								
3 月			おからハンバーグ ポトフ 小松菜のツナ和え	黒糖ケーキ	合挽ミンチ ツナ ベーコン おから	人参 玉ねぎ ビーマン 小松菜 もやし しめじ キャベツ コーン	お米 ジャガイ芋	豆や 緑黄色野菜
4 火			焼うどん 三色和え スナップ豆と卵のソテー	あんこ ホットケーキ	豚肉 卵	キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン スナップ豆 白菜 ほうれん草	うどん	魚や 豆類
5 水			魚の甘酢あんかけ 金時煮豆 キャベツの味噌汁	ココア もちもちパン	魚 油揚げ	玉ねぎ 人参 えのき しいたけ ビーマン キャベツ	お米 ジャガイ芋	肉や 海藻
6 木			チキンカレー アスパラサラダ ひじきと大豆の煮物	フルーツ	鶏肉 うすらの卵 油揚げ 水煮大豆	玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ アスパラ きゅうり いんげん	お米 ジャガイ芋	魚や 海藻類
7 金			春キャベツの卵炒め ほうれん草の磯和え じゃが芋のツナマヨ和え	フルーツ	ベーコン 卵 ツナ	キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 もやし	お米 ジャガイ芋	魚や 緑黄色野菜
8 土			親子丼 ブロッコリーのおかか和え	簡単 メロンパン	鶏肉 卵	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	お米	魚や 緑黄色野菜
9 日								
10 月	口座振替日		マーボー豆腐 伴三糸 じゃが芋とツナのカレー炒め	人参マフィン	豆腐 豚ミンチ ハム 卵 ツナ	人参 玉ねぎ きゅうり ビーマン	お米 ジャガイ芋 春雨	魚や 種実類
11 火			かき揚げ ポテトサラダ 野菜ソテー	ポップコーン	えび ちくわ ハム 卵	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり キャベツ チンゲン菜	お米 ジャガイ芋 さつま芋	肉や 緑黄色野菜
12 水	なかよし集会		魚の味噌焼き 納豆和え かき卵汁	ジャムサンド	魚 納豆 卵	ほうれん草 人参 もやし えのき ねぎ	お米	肉や 緑黄色野菜
13 木			チャブチェ ナムル わかめスープ	チーズ 蒸しパン	豚肉 ハム 鶏肉 豆腐	人参 玉ねぎ ビーマン パプリカ もやし キャベツ	お米	魚や 種実類
14 金			ジャーマンオムレツ 豆乳シチュー ごぼうのサラダ	ごはんピザ	ベーコン 卵 鶏肉	人参 玉ねぎ ビーマン ごぼう きゅうり しめじ ブロッコリー	お米 ジャガイ芋 さつま芋	淡色野菜や 乳製品
15 土			すき焼き風丼 キャベツのツナ和え	ツナトースト	牛肉 焼き豆腐 ツナ	白菜 人参 大根 玉ねぎ キャベツ 小松菜	お米 糸こんにゃく	乳製品や 卵
16 日								
17 月			豆腐の肉味噌がけ ブロッコリーの汁和え こんにゃくの土佐煮	よもぎ団子	豆腐 ツナ 豚ミンチ	人参 玉ねぎ ビーマン ブロッコリー	お米 ジャガイ芋 こんにゃく	魚や 卵
18 火			肉うどん 菜の花和え 五目煮	焼き おにぎり	牛肉 卵 水煮大豆 鶏肉	玉ねぎ 人参 しいたけ キャベツ 菜の花 ごぼう	うどん こんにゃく	芋類や 緑黄色野菜
19 水			お魚がんと きゅうりの酢の物 そうめん汁	ココアスティックパン	魚のすり身 豆腐 しらす 鶏肉	人参 枝豆 きゅうり キャベツ	お米	緑黄色野菜 や
20 木			ポークビーンズ マカロニソテー フレンチサラダ	フルーツ	豚肉 水煮大豆 ベーコン	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ トマト	お米 ジャガイ芋 マカロニ	きのこ類や 種実類
21 金			厚揚げの卵とじ 小松菜のじゃこ和え 鶏レバーの味噌煮	簡単 メロンパン	厚揚げ 卵 えび 鶏レバー しらす	玉ねぎ しめじ 人参 いんげん 小松菜 もやし	お米 こんにゃく	豆類や 緑黄色野菜
22 土			和風スパゲッティ キャベツスープ	ココア蒸しパン	ベーコン	玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ	スパゲティ	卵や いも類
23 日								
24 月			揚げ出し豆腐 きんぴらごぼう キャベツのゆかり和え	おとうふパン	豆腐 油揚げ	大根 えのき 人参 ごぼう ビーマン きゅうり キャベツ	お米	魚や 卵類
25 火			味噌ラーメン いら卵 きゅうりとわかめの酢の物	枝豆と雑穀 ごはん	豚肉 卵 しらす	もやし 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 いら きゅうり キャベツ	中華麺	魚や いも類
26 水			魚のピザ焼き ジャーマンポテト りっちゃんの元気サラダ	サーター アンダギー	魚 ベーコン ハム	玉ねぎ 人参 ビーマン しいたけ きゅうり キャベツ	お米 ジャガイ芋	肉や 緑黄色野菜
27 木	誕生会		ロールパン タンドリーチキン ブロッコリーサラダ スパゲティソテー	抹茶マーブル ケーキ	鶏肉 ハム ベーコン	人参 ブロッコリー 玉ねぎ ビーマン	ロールパン スパゲ ティ	海藻類 淡色野菜
28 金			小松菜の卵炒め 切干大根の煮物 貝だくさん味噌汁	りんごゼリー	ベーコン 卵 さつま揚げ 豆腐 油揚げ	小松菜 人参 もやし ビーマン えのき 大根	お米 さつま芋	魚や 緑黄色野菜
29 土								
30 日								

5月の予定

19日(金)：親子遠足
※ばす組、ひこうき組、ろけっと組
が対象です。



献立表の は
『絵本に出てくるメニュー』です

今月の絵本は…

5日：「おいしそうなしろくま」
キャベツの味噌汁

17日：「ばばあちゃんのよもぎだんご」
よもぎ団子

☆給食室より

今年度の食育は、昨年度に引き続き、子どもたちが慣れ親しんでいる絵本に出てくるお菓子や料理を再現し、香りや味を楽しみ、絵本の中にいる気分になれるような楽しい給食を提供します。

また地産地消の食材や旬の食材を取り入れた「四季のピュッフェ」や、お散歩先に給食を配達する「デリバリー給食」を実施します。

毎日の給食が楽しみになる献立作りを目標に、給食室一同頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

食事に関するお悩みなどありましたら、お気軽にお声がけください。