

4月 行事予定&献立表

日付	献立名				使用食品		
	行事	主食	主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	からだを作る食べ物	体の調子を整える食べ物	「お米」になる食べ物
太字・アンダーラインは、今月使われる地元食材です〔予定〕							
1月	ろけっと組 誕生児希望おやつ		カレーライス スクランブルエッグ マカロニサラダ	りんごゼリー	豚肉 大豆 卵 ハム チーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり	お米 じゃが芋 マカロニ
2火			チキンビーンズ 野菜とベーコンのソテー	抹茶豆乳蒸しパン	鶏肉 大豆 ベーコン	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ コーン チンゲン菜	お米 じゃが芋
3水			魚の生姜煮 豚汁	梅チャーハン	魚 豆腐 油揚げ 豚肉	白菜 人参 小松菜 ねぎ もやし ごぼう 大根	お米 こんにゃく
4木			揚げ豆腐の甘酢あんかけ 豚肉のしぐれ煮 小松菜のごま和え	じゃがまるくん	豆腐 豚肉	人参 ピーマン えのき 玉ねぎ ごぼう 小松菜 もやし	お米 糸こんにゃく
5金			ホイコーロー 卵とわかめのスープ	マーラーカオ	豚肉 卵 ハム 豆腐	キャベツ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 たけのこ きゅうり もやし	お米 春雨
6土							
7日							
8月	ろけっと組 誕生児希望おやつ		千草焼き 豆腐の味噌汁	ぶどうゼリー	卵 鶏ミンチ 油揚げ ハム ちくわ 豆腐	玉ねぎ 人参 ほうれん草 ねぎ きゅうり 切り干し大根 えのき	お米
9火			肉うどん ほうれん草の磯和え	さけ寿司	牛肉 かまぼこ 油揚げ	玉ねぎ 人参 ねぎ ごぼう いんげん ほうれん草 もやし	うどん 糸こんにゃく
10水			魚のカレームニエル キャベツのスープ	お好み焼き	魚 ベーコン ツナ	きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ チンゲン菜	お米 スパゲティ
11木			豆腐ハンバーグ 相性汁	マーブルケーキ	豆腐 鶏ミンチ ツナ ベーコン	玉ねぎ 人参 小松菜 もやし しいたけ ねぎ	お米 じゃが芋 春雨
12金	絵本に出てくる メニュー		大豆のかき揚げ 野菜スープ	ココアホットケーキ	大豆 ちくわ えび	玉ねぎ 人参 ピーマン 白菜 ほうれん草 もやし チンゲン菜	お米 じゃが芋
13土			マーボー丼 もやしとわかめのスープ	チーズ蒸しパン	豆腐 豚ミンチ	玉ねぎ 人参 たら もやし	お米
14日							
15月			豚肉の生姜炒め そうめん汁	豆乳フレンチトースト	豚肉 ちくわ 卵	玉ねぎ 人参 もやし たら チンゲン菜 えのき ねぎ	お米 そうめん
16火			イタリアンスパゲティ チーズポテト	枝豆と雑穀のごはん	ベーコン ちくわ 卵	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり キャベツ コーン	スパゲティ じゃが芋
17水			ヘルシーミートローフ ふわふわスープ	いちごヨーグルト	合い挽きミンチ 卵 おから	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり コーン	お米 じゃが芋
18木	春のピュッフェ 献立		わかめご飯 中華炒め ふきの炊き込みご飯 野菜ソテー	簡単メロンパン	鶏肉 油揚げ 卵 豆腐 むきえび ツナ 魚すり身	人参 ごぼう ふき 玉ねぎ たら 白菜 チンゲン菜 いんげん	お米 じゃが芋
19金			柳川風煮 粉吹き芋	ハムチーズマフィン	豚肉 卵 しらす	ごぼう 玉ねぎ 人参 ねぎ きゅうり キャベツ	お米 じゃが芋 糸こんにゃく
20土			焼きそば 豆腐の味噌汁	シュガートースト	豚肉 豆腐 油揚げ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし しめじ ねぎ	中華麺
21日							
22月			チーズオムレツ シルバーサラダ	りんごパンケーキ	ベーコン 卵 鶏レバー ハム	玉ねぎ 人参 きゅうり	お米 じゃが芋 こんにゃく 春雨
23火	絵本に出てくる メニュー		肉じゃが かきたま汁	ジャムサンド	豚肉 さつま揚げ 卵 豆腐	玉ねぎ 人参 いんげん 小松菜 もやし えのき ねぎ	お米 じゃが芋 糸こんにゃく
24水			魚の梅焼き じゃが芋の味噌汁	抹茶もちもちパン	魚 厚揚げ 油揚げ	しめじ 人参 れんこん 玉ねぎ ねぎ	お米 じゃが芋 こんにゃく
25木			鶏肉の竜田揚げ けんちん汁	びよんびよんご飯	鶏肉 金時豆 豆腐 ちくわ	大根 人参 ねぎ ごぼう しょうが	お米 こんにゃく
26金	誕生会		ポテトコロッケ ほうれん草のソテー	パンプディング	合い挽きミンチ ツナ ベーコン	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ ほうれん草 コーン	お米 じゃが芋
27土			すき焼き風 キャベツの味噌汁	ココア蒸しパン	牛肉 焼き豆腐 油揚げ	白菜 大根 玉ねぎ キャベツ 人参	お米
28日							
29月							
30火			チンジャオロース 野菜スープ	マカロニきな粉	牛肉 ちくわ 豆腐	たけのこ 玉ねぎ 人参 ピーマン パプリカ コーン きゅうり もやし	お米

献立表の は
『絵本に出てくるメニュー』です

今月の絵本は…

- 12日：「ホットケーキのおうさま」
ココアホットケーキ
- 23日：「ジャイアントジャムサンド」
ジャムサンド

☆給食室より☆

子どもさんの入園進級おめでとございます。
保育園では、様々な食育活動を通して子どもたちが「食べることが好きになる」
「食について話題にする」など、食に関わることを幼少期にしっかりと
体験し、これから生きていくための力になるように伝えていきたいと思ひます。

『絵本に出てくるメニュー』は、食べ物がでてくる絵本の読み聞かせと給食や
おやつを組み合わせた食育です。絵本を開いたときに食べ物の香りや味が
思い出されるような素敵な体験をすることで、食べることや絵本を好きになっ
てほしいと思ひます。

今年度はろけっと組の子どもさんの誕生日に
希望されたおやつを提供します。
誕生日がもっとワクワクする日に
なりますように☆