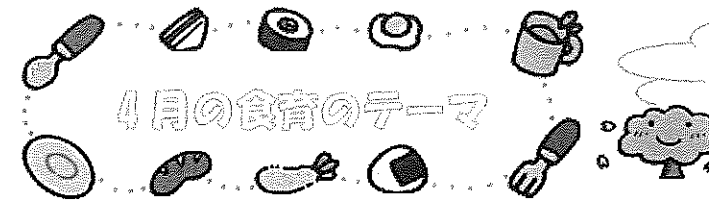


4月いただきますだよ！

2023. 3. 29
せんにしのおか

	行事	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1 土	入園を祝う会	・にくじゃが ・おひたし ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・せんべい	・おちゃ ・ブルーチェ
2 日				
3 月	進級を祝う会	・はるのたきこみごはん ・やさかな ・ブロッコリーのおかかあえ ・きりぼしだいこんのサラダ ・いちご	・ぎゅうにゅう ・ふかしもち	・スキムミルク ・セサミトースト
4 火		・やきにく ・かにずあえ ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・コーンむしパン	・スキムミルク ・プリン
5 水		・とりのさいきょうやき ・なつとうのいそあえ ・あつあげとだいこんのもの ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・くだもの	・スキムミルク ・マドレーヌ
6 木		・さかなのやさいあんかけ ・かぼちゃのオイルやき ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・あべかわマカロニ	・スキムミルク ・チーズクッキー
7 金		・ハッシュ・ド・ビーフ ・カリフラワーのシーザーサラダ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・いちごクリームサンド	・スキムミルク ・グレープゼリー
8 土		・しおやきそば ・スティックきゅうり ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・ジャムパイ	・おちゃ ・おぐらまっちゃんむしパン
9 日				
10 月		・チンジャオロース ・じゃがいものオープンやき ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・チーズむしパン	・スキムミルク ・シスコーククッキー
11 火		・さけのなんぶやき ・あおなとひじきのあえもの ・アスパラガスのおかかいため ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・シュガートースト	・スキムミルク ・マーラカオ
12 水		・ぶたにくのしょうがやき ・スパゲティーサラダ ・ゆでブロッコリー ・いちご	・ぎゅうにゅう ・クラッカーピザ	・おちゃ ・レアヨーグルトケーキ
13 木		・さかなのみそやき ・ささみのばいにくサラダ ・かぼちゃのあまに ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・くだもの	・スキムミルク ・セサミパイ
14 金		・とりのマーマレードやき ・さつまいものグラッセ ・ケチャップソテー ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・あられふ	・スキムミルク ・ドーナツ
15 土		・にくうどん ・ごまあえ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・フライドポテト	・おちゃ ・レモンラスク
16 日				
17 月		・マーボーどん ・たんざくサラダ ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・キャロットケーキ	・スキムミルク NEW! ・オートミールクッキー
18 火		・さかなのもみじやき ・ほうれんそうのひたし ・たけのこのおかかに ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・マリービスケット	・スキムミルク ・ヨーグルトパン
19 水		・アスパラとキャベツのみそいため ・かぼちゃのオープンやき ・いちご	・ぎゅうにゅう ・バナナトースト	・スキムミルク ・オレンジゼリー
20 木	春の親子遠足 ③④⑤	・いかとやさいのカレーいため ・スティックきゅうり ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・パンプキンむしパン	・スキムミルク ・コンソメポップコーン
21 金		NEW! ・ヤンニョムチキン ・リャンパンサンサー ・こふきもち ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・せんべい	・スキムミルク ・フレンチトースト
22 土		・とうふのふくめに ・すのもの ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・おぐらケーキ	・おちゃ ・ブルーチェ
23 日				
24 月		・ぶたにくのソースに ・キャロットグラッセ ・マカロニサラダ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・サブレ	・スキムミルク ・マフィン
25 火		・さばのしおやき ・わふうサラダ ・さといものものに ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・いちごむしパン	・スキムミルク ・ぐるぐるさつまいもパイ
26 水		・ビビンバ ・たんざくサラダ ・オレンジ	・ぎゅうにゅう ・きなこラスク	・スキムミルク ・フルーツポンチ
27 木	誕生日会	・ごもくおこわ ・はるやさいとエビのかきあげ ・れんこんのわふうサラダ ・スナップエンドウのうめおかかあえ ・いちご	・ぎゅうにゅう ・せんべい	・スキムミルク ・チョコレートケーキ
28 金		・さかなのさざれやき ・コーンクリームスパゲティ ・むしかぼちゃ ・バナナ	・ぎゅうにゅう ・ホットケーキ	・スキムミルク NEW! ・てりやきマヨトースト
29 土				
30 日				

※材料などの都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。



友だちと楽しく食べよう！



桜がきれいな季節となり、新しい年度がスタートしました。皆さまご入園・ご進級おめでとうございます。子どもたちは環境の変化に期待と不安でわくわく、どきどきしているようです。今年も給食室では、みんなで食べる食事に喜びや興味を持てるよう、いろいろな献立を考えています！そして楽しい給食、おやつの時間となるようにおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします★

「朝ごはんを食べよう！」

朝食は1日のスタートです。朝起きた時の身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてけがに繋がったり、イライラしたり元気に遊ぶことができません。また、1回の量があり多く食べられない子どもたちにとって朝食は大切な栄養源。お友だちとたくさん活動できるように、朝ごはんをしっかり食べましょう！

管理栄養士 藤井菜緒

おやつなどで登場するメニューです!!

朝ごはんの参考にしてみてください♪

じゃまヨトースト

- ① 食パンにマヨネーズを塗る
- ② ちりめんをちらす
- ③ トースターで焼く

おかかチーズおにぎり

- ① ベビーチーズを1cm角に切る
- ② ごはんに①と鰹節、しょうゆを混ぜ合わせる。

きな粉ラスク

- ① マーガリンときな粉を混ぜる。
- ② 食パンに塗る
- ③ トースターで焼く

せんにし やさいのその

園では、せんにし広場の送迎用駐車場横に畑があります。季節ごとに旬の野菜を子どもたちと植え、収穫したり、野菜と触れ合って食べ物の大切さや味覚を学んでいきます。また、坂道のプランターにも旬の野菜や果物を植えていきます。畑の春キャベツ、ブロッコリーは収穫時期を迎え、お浸しや和え物として給食で登場しています。そして、えんどう豆、いんげん、苺などをあらたに植えています！給食でいただく日を楽しみにしてくださいね★ぜひ登園時の際にはやさいのそのを覗いてみてください♪

4月の誕生日会メニュー

- ◎五目おこわ
- ◎春野菜とエビのかき揚げ
- ◎蓮根の和風サラダ
- ◎スナップエンドウの梅おかか和え
- ◎いちご

食物アレルギーを持つ児童について

こども園では可能な限りアレルギーの原因食品を取り除き、代替食品を使用して除去食を作るなどの対応を進めています。医師の診断に基づいたうえで除去食対応を実施していますので、こども園で用意しているアレルギー指示書とともにこども園にご提出ください。

具だくさんの五目おこわに、春野菜を使ったかき揚げ、シャキシャキ蓮根の和風サラダ、春が旬のスナップエンドウの和え物など春の味覚が詰まった和食メニューとなっております♪