

4月の献立

入園式

2日早い

浜下り

1日早い

誕生日

日	曜日	昼食	3時のおやつ	材 料 名			熱量 Kcal
				熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
1	木	パン いらっしやいませシチュー 茹うどんナー ブロッコリーとコーンのソテー フルーツ	ミルク 菓子パン				595
2	金	あわご飯 猪むどうち 人参シリシリー ウサチ小 フルーツ	ミルク ミックスサンド				594
3	土	ハムチーズサンド ミルク フルーツ					413
5	月	鶏カレー フルーツヨーグルト スープ	ミルク 芋いりこの甘露煮				590
6	火	パン ツナグラタン ごぼうサラダ 野菜スープ フルーツ	ミルク 納豆みそにぎり				610
7	水	あわご飯 グルケンフライタルタルソース 春キャベツ炒め みそ汁 フルーツ	ミルク ラスク				601
8	木	スパゲティミートソース ミモザサラダ 冬瓜のスープ フルーツ	ミルク ドーナツ				608
9	金	あわご飯 昆布イリチー 南瓜のじゃこがらめ みそ汁 フルーツ	ミルク オレンジゼリー ビスケット				572
10	土	チャーハン フルーツ ミルク					372
12	月	ハヤシライス ポテトサラダ スープ フルーツ	ミルク バナナケーキ				607
13	火	あわご飯 南瓜のそぼろ煮 山海和え みそ汁 フルーツ	ミルク 焼き芋				573
14	水	三月御霊 アーサ汁 フルーツ	ミルク 三月御菓子				576
15	木	お 弁 当 会	ミルク いちご大福				216
16	金	グファン(ご飯) ラフテー ウカライチー ウシル(汁物) ナイムン(フルーツ)	ミルク クジムチ				577
17	土	もずく丼 フルーツ ミルク					418
19	月	あわご飯 オムレツ野菜あん 春雨サラダ コーンスープ フルーツ	ミルク マフィン				584
20	火	あわご飯 おからコロッケ ひじき炒め煮 みそ汁 フルーツ	ミルク ジャムサンド				602
21	水	ご飯 魚のムニエル マカロニサラダ パンブキンスープ フルーツ	コーンフレーク(イ)ミルク フルーツ				589
22	木	ライス ハワイアンハンバーグ 人参グラッセ グリーンサラダ グリンピーススープ フルーツ	ミルク パースデーケーキ				619
23	金	あわご飯 デリシヤス鶏 春キャベツ炒め みそ汁 フルーツ	ミルク 大学芋				587
24	土	パン 魚と野菜のホワイトシチュー ミルク フルーツ					422
26	月	沖縄そば 小松菜の白和え フルーツ	ミルク ジュシーおにぎり				583
27	火	あわご飯 アーサ入り卵豆腐 切干大根の煮付け 豚肉ともやしの豆乳スープ フルーツ	ミロミルク バイクドポテト				605
28	水	あわご飯 魚のオレンジソースかけ 豆腐チャンプルー みそ汁 フルーツ	ミルク 紅芋きな粉団子				602
30	金	あわご飯 レバー竜田揚げ もずくスープ キャロットサラダ フルーツ	ミルク 豆腐のスコーン				580

楽しくて
おいしい給食に

子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

ご注意ポイント

- 旬の食材を使う
- 添加物や農薬に気をつけて食材を選ぶ
- だしから、すべて手作りにする
- 硬さや大きさなど年齢に合った食材の形状にする

旬の食材を大切にします

よりおいしい給食を作るため、旬の食材を積極的に使用しています。特に野菜や果物、魚介類は旬のものほど味が良く、その時期に人間に必要な栄養素をたっぷり含んでいます。また、よく市場に出回るため、新鮮で値段も安価です。調理法に工夫をこらしていますが、同じ食材の献立が続くこともあります。ご理解のうえ、ご了承ください。

しよくじのごあいさつ

いただきます!

「命をいただく」という意味もこめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、けじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。

